New York Times Bestseller

ESTHER PEREL

regândirea infidelității

o analiză a relațiilor de cuplu

In *Regândirea infidelității* nu se discută doar despre infidelitate, așa cum ar putea induce în eroare titlul cărții. Lucrarea de față surprinde multiplele fațete ale relațiilor interumane, analizând cu neașteptat de multă îngăduință și meticulozitate atitudini personale și culturale privind căsnicia, dorința, datoria față de familie și împlinirea personală. Visul mărturisit al autoarei a fost de a provoca o discuție sinceră între cititor și partenerul său de cuplu despre ce mai înseamnă în ziua de astăzi iubirea, fidelitatea, pasiunea, adevărul și iertarea.

Cartea nu conține rețete miraculoase pentru a depăși dureroasa criză sentimentală provocată de un adulter, ci mai degrabă idei, teme de reflecție și instrumente care să îi aline și să îi facă mai puternici pe cei cu inima frântă, fie că sunt soți trădați, fie amanți care s-au săturat să fie mereu pe locul al doilea.

„[Perel] nu îți vinde calmante și nici nu îți oferă un umăr pe care să plângi – este mult prea ocupată să îți zdrunci-ne simțurile, punând accentul pe capacitatea, energia și implicarea ta în ceea ce înseamnă căsnicie.“

—The New York Times

www.curteaveche.ro
ISBN 978-606-44-0048-2
9 786064 400482

CURTEA VECHE

ESTHER PEREL este unul dintre cei mai apreciaţi psihologi şi terapeuţi din întreaga lume. în cei aproape 30 de ani de carieră, şi-a dedicat pasiunea şi ingeniozitatea salvării cuplurilor care se confruntă cu probleme în viaţa intimă şi au uitat ce este pasiunea. Bestsellerul ei internaţional, Mating in Captivity (Inteligenţa erotică. Reconcilierea vieţii erotice cu viaţa de familie, Curtea Veche Publishing, Bucureşti, 2016), a fost tradus în 24 de limbi, iar discursurile sale din seria TED, foarte apreciate de critici, au atins 15,5 milioane de spectatori. Opiniile lui Perei asupra relaţiilor de cuplu au apărut în publicaţii de pretutindeni, inclusiv în The New York Times, Washington Post, The Wall Street Journal, Le Monde, The Guardian, The New Yorker şi Vogue. Dinamică, directă, spumoasă, este frecvent invitată în emisiuni radio şi TV de renume, precum „Brian Lehrer Show" (la NPR), „Oprah“, „The Today Show“, „Dr. Oz“ şi „The Colbert Report". Perei este profesoară la Universitatea Columbia şi membră a Academiei Americane a Terapeuţilor de Familie.

ESTHER PEREL

REGÂNDIREA INFIDELITĂŢII

O ANALIZĂ A RELAŢIILOR DE CUPLU

Traducere din engleză de NICOLETA DASCĂLU

CURTEA VECHE

CUPRINS

Mulțumiri 9

Introducere 13

PARTEA ÎNTÂI:
CREAREA DECORULUI

Capitolul 1
O nouă discuție despre infidelitate 21

Capitolul 2
A sta de vorbă înseamnă a înșela? 39

Capitolul 3
Adulterul nu mai este ce era pe vremuri 61

PARTEA A DOUA:
ȘOCUL

Capitolul 4
Moartea dintr-o mie de motive 83

Capitolul 5
Magazinul ororilor 109

Capitolul 6
Gelozia: scânteia erosului 127

Capitolul 7
Autoînvinovățire sau răzbunare:
pumnalul cu două tăișuri 147

Capitolul 8
A spune sau a nu spune:
politica secretului și a dezvăluirii 168

PARTEA A TREIA:
SENSURI ȘI MOTIVE

Capitolul 9
Chiar și oamenii fericiți înșală 195

Capitolul 10
Iubirea interzisă: un antidot pentru moarte 220

Capitolul 11
Este vreodată sexul doar sex? 241

Capitolul 12
Cea mai mare dintre trădări? 270

Capitolul 13
Dilema amantei/amantului 292

PARTEA A PATRA:
PÂNĂ LA ADÂNCI BĂTRÂNEȚI

Capitolul 14
Ocupați căsnicia! 317

Capitolul 15
După furtună 346

Note 373
Indice 381

MULŢUMIRI

>

CE M-A APUCAT SĂ SCRIU O CARTE despre una dintre cele mai controversate laturi ale naturii umane? Puţine întâmplări surprind mai bine drama existenţială, iar aceasta a fost o sursă de fascinaţie pentru mine încă de când lucram la prima mea carte, Mating in Captivity[1]. Se întâmpla pe vremea liniştită a inocenţei scriitoriceşti şi înainte ca internetul să radicalizeze comunicarea. Au trecut aproape zece ani de atunci, iar astăzi putem vedea rezultatul acestei cercetări în toată splendoarea lui. De-a lungul procesului de creaţie, am stat de vorbă cu cititorii mei. Vă mulţumesc tuturor pentru ideile care m-au luminat.

Totuşi, câţiva dintre voi m-au ţinut permanent în formă. Pe scurt, nu m-aş fi descurcat fără voi. Asta pentru că am obiceiul să gândesc în timp ce scriu. Şi să vorbesc în timp ce gândesc. Aşadar, am fost binecuvântată cu prieteni dragi, colegi pe care îi preţuiesc, străini al căror ajutor a fost bine-venit. Recunoştinţa pe care le-o datorez este mult mai profundă decât mulţumirile exprimate în continuare.

Ellen Daly, editor-şef şi colaboratoare: dacă am văzut vreodată un geniu la lucru, atunci acela eşti tu. Precizia de care ai dat dovadă în timp ce străbăteam distanţa dintre punctul de plecare şi destinaţie m-a ajutat să rămân pe calea cea bună. Ai fost GPS-ul meu personal şi îţi voi auz mereu vocea, reconfigu-rând traseul. Laura Blum, coeditorul şi muza mea poetică, eşti un tezaur viu. Nu există nimeni pe lume cu care să îmi placă mai mult să amalgamez cuvinte şi să rafinez idei, aşa cum îmi place să o fac cu tine. Gail Winston, editorul meu brav de la HarperCollins, mulţumesc că ai crezut, din nou, în mine. Sarah Manges, am început amândouă această aventură cu o propu-ner îndrăzneaţă. Contribuţia ta editorială a fost inestimabilă. Tracy Brown, agentul meu literar, am încredere deplină în tine, lucru preţios şi rar, aşa cum vor demonstra paginile următoare. Yuli Maninovsky, îmi aminteşti întotdeauna cât este de important să spui o poveste, într-o carte sau pe ecran.

Cele mai bune idei se nasc, izolat, într-o singură minte, dar se dezvoltă în interiorul unor reţele formate din gânditori curioşi şi plini de creativitate. De-a lungul acestei cărţi, citez adesea perspectivele inedite asupra subiectului — aflate atât în urma unor discuţii, cât şi a lecturii — care m-au ajutat să îmi conturez ideile. Le sunt îndatorată în mod special lui Michelle Scheinkman, Ulrich Clement, Janis Abrahms Spring, Janet Reibstein, Tammy Nelson, Ellyn Bader, Meg John Barker, Helen Lisher, Marta Meana, Eric Klinenberg, Eric Berkowitz şi Pepper Schwartz.

Schimbul stimulant de informaţii care vine odată cu participarea la un grup de studiu interdisciplinar a fost esenţial atât pentru întrebările pe care le-am formulat, cât şi pentru concluziile la care am ajuns. Diana Fosha, Doug Braun-Harvey, George Faller, Natasha Prenn, and Megan

Fleming, vă mulţumesc pentru că m-aţi făcut responsabilă pentru etapele de început ale acestui

proiect. Joshua Wolf Schenk, ai făcut mai puţin înfricoşătoare ideea de a avea un blocaj.

Nu aş fi îndrăznit să las această carte să vadă lumina tiparului dacă nu ar fi existat echipa mea de cititori atât de inteligenţi. Comentariile voastre mi-au arătat toate fisurile şi le-au făcut evidente. Katherine Frank, orice terapeut care se hotărăşte să scrie ar trebui să aibă norocul de a avea alături un antropolog cultural cu creativitatea şi inteligenţa ta. Peter Fraenkel şi Harriet Lerner, sunteţi nişte colegi foarte dragi şi nişte critici direcţi şi ascuţiţi la minte. Steve Andreas, Guy Winch, Aviva, Gitlin, Dan McKinnon, Ian Kerner, Margie Nichols, Carol Gilligan şi Virginia Goldner, am avut nevoie de părerea autorizată a unor clinicieni, profesori şi gânditori de prim rang. Jesse Kornbluth, Hanna Rosin, David Bornstein şi Patricia Cohen, sunteţi adevăraţi vrăjitori ai cuvintelor, iar comentariile voastre m-au ajutat să folosesc un limbaj pe care să îl înţeleagă toată lumea. Dan Savage şi Terry Real, voi îmi sunteţi suflete-pereche. David Lewis, Daniel Mandil, Irina Baranov, Blair Miller, nimic nu vă scapă. Diana Adams şi Ed Vessel, vă sunt extrem de recunoscătoare pentru sfaturile pe care mi le-aţi oferit când am scris despre nonmonogamie. Olivia Natt şi Jesse Baker, voi aţi adăugat o perspectivă nouă, foarte valoroasă, prin feedbackul pe care mi l-aţi dat. Alissa Quart, a fost teribil de amuzant să găsesc titluri împreună cu tine.

Echipa mea. Malika Bhowmik, stagiara care s-a ocupat de cercetare, mulţumesc pentru munca depusă cu profesionalism. Ai făcut ordine în haosul meu. Şi dacă vorbim despre ordine, Lindsay Ratowsky şi Amanda Dieker, datorită vouă am reuşit să îmi dedic timpul şi atenţia acestei cărţi. La început, am fost ajutată şi de un cvartet de studenţi talentaţi: Brittany Mercante, Annabelle Moore, Nicole Arnot şi Alexandra Castillo. Aştept cu nerăbdare să vă văd înflorind în carierele pe care le veţi urma. Jonas Bamert, cercetarea ta mi-a fost de mare folos. Bruce Milner, ţi-ai deschis casa bucolică din Woodstock şi mi-ai oferit calm şi frumuseţe, ca să pot scrie.

Şi acum, familia. Părinţilor mei, care m-au învăţat să spun ce gândesc şi a căror dureroasă experienţă în ce priveşte trădarea mi-a arătat că există întotdeauna speranţă pentru vindecare — chiar dacă este doar parţială. Jack Saul, soţul meu, am trăit împreună aventura iubirii şi a vieţii. Eşti interlocutorul meu intelectual. Scrierea unei cărţi presupune mult spaţiu, iar tu ai răspuns cu atâta generozitate. Adam şi Noam, sper ca aceste pagini să vă ofere mostre de înţelepciune pe care să le folosiţi în relaţiile voastre. Discuţiile pe care le-am avut cu voi despre problemele de iubire ale Generaţiei Y m-au ajutat să fiu în pas cu vremurile şi mi-au adus multă bucurie.

Le mulţumesc pacienţilor şi tuturor celor care mi-au permis să intru în vieţile lor intime. încrederea pe care mi-aţi arătat-o a fost esenţială. Prin poveşti ca ale voastre ne conectăm unii cu alţii şi producem ceva semnificativ. în călătoriile mele, în munca mea, în schimburile personale am avut conversaţii dintre cele mai rodnice. Vă mulţumesc pentru ele, chiar dacă nu pot menţiona numele fiecăruia dintre voi. A fost extrem de reconfortant să nu mă simt singură pe parcursul acestui dificil proces de creaţie, iar acum, că totul s-a terminat, de-abia aştept să facem şi alte lucruri împreună.

[1]

Esther Perei, Inteligenţa erotică. Reconcilierea vieţii erotice cu viaţa de familie, ediţia a Il-a revizuită, traducere din engleză de Maria Loredana Dulcea, Curtea Veche Publishing, Bucureşti,

2016. (N. red.)

INTRODUCERE

EXISTĂ CEVA SIMPLU care încalcă regulile şi îi poate fura unui cuplu relaţia, fericirea, propria identitate: o legătură extraconjugală. Şi totuşi, această faptă extrem de frecventă este foarte prost înţeleasă.

Ca terapeut, scriitor, formator şi lector, cercetez, de aproape treizeci de ani, adâncurile iubirii şi ale dorinţei în cuplurile moderne. Prima mea carte, Mating in Captivity, analiza natura dorinţei erotice în relaţiile pe termen lung şi includea un singur capitol despre infidelitate. Spre surprinderea mea, de fiecare dată când am făcut o prezentare sau am dat un interviu despre carte, oriunde în lume, subiectul infidelităţii a fost pe primul loc. A ajuns să îmi ocupe tot timpul. Dacă Mating in Captivity cerceta problemele legate de dorinţă care apar în cuplurile solide, Regândirea infidelităţii trasează traiectoria dorinţei atunci când ea se îndreaptă în altă direcţie.

Acestea fiind spuse, cartea de faţă nu este doar despre infidelitate. Aventurile ne pot învăţa multe despre relaţii — ce aşteptăm, ce credem că vrem, ce simţim că suntem îndreptăţiţi să primim. Ele oferă o fereastră unică spre atitudinile personale şi culturale privitoare la iubire, dorinţă şi angajament. Studiind amorul ilicit din mai multe unghiuri, sper să vă implic, dragi cititori, într-o analiză onestă, lămuritoare şi incitantă a relaţiilor moderne, sub toate formele pe care le îmbracă acestea. Aş vrea să provoc o conversaţie între voi şi cei pe care îi iubiţi, pe teme precum fidelitatea şi loialitatea, dorinţa şi dorul, gelozia şi posesivitatea, adevărul şi iertarea. Vă încurajez să puneţi întrebări, să exprimaţi inexprimabilul, să nu vă temeţi să daţi peste cap corectitudinea sexuală şi emoţională.

Rolul meu, ca terapeut, este să creez un spaţiu sigur în care diversitatea experienţelor să poată fi analizată cu compasiune. Ca autor, sper să reuşesc să fac acelaşi lucru. în acest sens, cartea de faţă nu conţine reţete pentru a depăşi criza unui adulter, deşi îmi doresc să le fie utilă celor care trec prin asta, indiferent de rolul pe care îl joacă. Scopul meu este să încep o discuţie mai rodnică pe această temă, una care să întărească toate tipurile de relaţii, facându-le mai oneste şi mai rezistente.

în prezent, discuţia despre relaţiile extraconjugale tinde să fie polarizată, critică şi limitată. Din punct de vedere cultural, suntem extrem de receptivi în ceea ce priveşte sexul, dar infidelitatea rămâne învăluită intr-un nor de ruşine şi secrete. Sper ca volumul de faţă să pună capăt acestei tăceri şi să lanseze un nou mod de a gândi şi de a vorbi despre unul dintre cele mai vechi comportamente umane. S-a scris mult despre cum să previi şi cum să îţi revii; s-a scris mai puţin despre înţelesurile şi motivele relaţiilor adulterine. Şi s-a spus încă şi mai puţin despre ce putem învăţa din ele, despre cum ne pot lămuri şi transforma propriile relaţii.

Unii oameni vor spune că toate astea sunt lipsite de importanţă. Vor spune că doar faptele contează. Avionul a căzut: preia supravieţuitorii şi fugi! Dar din ce în ce mai multe persoane apelează la mine pentru că vor să ştie ce s-a întâmplat, de ce a căzut şi dacă accidentul putea fi prevenit. Vor să înţeleagă, să înveţe din asta şi să zboare din nou. Pentru toţi aceşti oameni aş

vrea să încep discuţia de acolo unde ea se opreşte de obicei şi să lămuresc câteva dintre cele mai tulburătoare probleme pe care le ridică infidelitatea.

în paginile care urmează, voi analiza multiplele faţete ale relaţiilor extraconjugale, vorbind despre durerea şi decon-strucţia trădării, dar şi despre fiorul şi autodescoperirea inerente încălcării regulilor. Vreau să analizez tensiunea dintre oportunităţile nenumărate oferite de o astfel de relaţie şi pericolul iminent care îi este imediat asociat. Ce facem cu dualitatea reprezentată de senzaţia de eliberare şi emancipare dată de iubirea adulterină şi daunele pe care le poate produce?

Vreau, de asemenea, să includ în discuţie cercurile mai largi ale familiei, ale comunităţii şi ale culturii. îmi voi pune ochelarii culturali şi sper să duc această cercetare despre relaţiile noastre cele mai intime la un nivel istoric şi social mai larg.

Sunt conştientă de riscurile pe care mi le asum când deschid o altfel de discuţie pe o temă extrem de iritantă. Credinţele despre infidelitate sunt profund înrădăcinate în psihicul nostru cultural şi, în mod evident, punerea lor sub semnul întrebării va fi văzută de unii drept o periculoasă lipsă de respect din partea mea sau ca fiind indiciul însuşirii unui set de valori morale greşite. Deşi prefer să elimin condamnarea pentru a permite o analiză complexă, nu sunt de acord cu minciuna şi nici nu consider că adulterul este o faptă lipsită de gravitate. Văd zilnic în cabinetul meu astfel de drame. Există o diferenţă uriaşă între a înţelege infidelitatea şi a o justifica. Şi, cu excepţia cazurilor extreme, simpla judecată nu este de ajutor.

Am să vă povestesc câte ceva despre modul în care am strâns materialul pentru această carte. Nu este o cercetare ştiinţifică bazată pe date culese din realitate şi nici un studiu sociologic întemeiat pe informaţii de pe site-urile dedicate celor care caută aventuri. Abordarea mea este mai degrabă cea a unui antropolog şi explorator. Vorbesc cu oamenii şi îi ascult. Materia primă pentru carte provine din şedinţele mele de terapie, din cursurile de formare, din conferinţe ţinute în întreaga lume, din conversaţii infor-male, precum şi de la sutele de oameni care mi-au trimis scrisori şi mi-au lăsat comentarii pe website, pe blog, pe discursurile TED şi pe pagina de Facebook.

în practica mea de psihoterapeut, m-am concentrat exclusiv pe cuplurile care s-au confruntat cu infidelitatea în ultimii opt ani. Cu aceşti oameni, am mers cu analiza până în profunzimile subiectului. Având în vedere că mă întâlnesc cu cei doi parteneri atât împreună, cât şi separat, mi s-a oferit acces nu doar la durerea celui înşelat, ci şi la experienţa celui infidel.

Aventurile şi secretele merg mână în mână, iar această carte este plină de secrete. Adeseori, este imposibil să dezvălui secretul unei persoane fără a-1 trăda pe al alteia. Unele dintre detaliile care fac o poveste să fie dureroasă sunt exact cele pe care a trebuit să le ascund pentru a păstra confidenţialitatea. Identitatea fiecărei persoane din carte a fost atent ascunsă, pentru a-i asigura anonimatul, dar m-am străduit să păstrez acurateţea emoţională a fiecărei situaţii în parte.

în final, un cuvânt de mulţumire. Cercetând şi scriind această carte, am fost inspirată şi am avut multe de învăţat de la numeroşi gânditori, scriitori şi experţi. Există însă o carte mai importantă decât toate celelalte la un loc şi căreia îi datorez titlul. Originalul The State of Affairs: Explorations in Infidelity and Commitment („Iubiri interzise. Regândirea infidelităţii şi a

angajamentului în relaţiile de cuplu") este un compendiu de perspective sociologice asupra infidelităţii, care defineşte subiectul ca fiind demn de cercetări academice foarte serioase. Citind eseu după eseu, am simţit imboldul de a ataca tema adulterului şi de a analiza dimensiunile ei psihologice printr-o abordare exhaustivă şi pe mai multe straturi.

Indiferent dacă ne place sau nu, relaţiile extraconjugale vor exista mult timp de acum înainte. Mai mult, toată cerneala vărsată pentru sfaturi despre cum „să ne apărăm" relaţiile nu a reuşit să scadă numărul de bărbaţi şi femei care îşi înşală partenerul. Infidelitatea apare în căsniciile bune, în căsniciile nefericite, ba chiar şi acolo unde adulterul se pedepseşte cu moartea. Infidelitatea apare în relaţiile deschise, în care sexul extraconjugal este atent negociat dinainte, iar libertatea de a pleca sau a divorţa nu a dus la dispariţia adulterului. După ce am analizat profund subiectul, am înţeles că nu există un adevăr unic, nici o tipologie atât de cuprinzătoare încât să descrie această furtună de pasiune şi trădare. Singurul lucru pe care vi-1 garantez este că nimic din ce vă voi spune nu este inventat.

Esther Perel, New York, ianuarie 2017

Partea intai

CREAREA DECORULUI

CAPITOLUL 1

O nouă discuţie despre infidelitate

Ar fi necesar prea mult timp ca să explicăm alianţa intimă a contradicţiilor din firea umană care, uneori, fac iubirea să ia forma disperată a trădării. Şi poate că nu există nicio explicaţie pentru asta.

Joseph Conrad, Some Reminiscences

CHIAR ACUM, în toate colţurile lumii, cineva înşală sau este înşelat, se gândeşte să aibă o aventură, îi dă sfaturi unui apropiat care trece prin chinurile unei astfel de relaţii sau completează triunghiul în postura de iubit secret. Nu există niciun aspect din viaţa unui cuplu care să stârnească mai multă teamă, bârfă sau fascinaţie decât adulterul. Acest tip de relaţie a existat din momentul inventării căsătoriei şi tot atunci au apărut şi tabuurile legate de ea. De când e lumea, a făcut subiectul unor legi speciale, a fost dezbătut, politizat şi demonizat. Totuşi, în ciuda oprobriului general, infidelitatea are o forţă pe care căsnicia nu poate decât să o invidieze. Este atât de puternică, încât e singurul păcat care are două porunci în Biblie, una pentru faptă şi alta pentru gând.

în toate societăţile, pe toate continentele şi în toate timpurile, indiferent de pedepse şi mijloacele de intimidare, bărbaţii şi femeile au căzut în ispită. Aproape peste tot unde oamenii se căsătoresc, monogamia este norma oficială, iar infidelitatea este norma clandestină. Aşadar, ce ne rămâne de făcut cu acest obicei existent de când lumea, interzis şi totuşi practicat la nivel universal?

De şase ani încoace, port această conversaţie, şi nu doar între pereţii cabinetului meu, ci şi în avioane, la cine festive, la conferinţe, în salonul de manichiură, cu colegii, cu băieţii de la cablu şi, desigur, pe reţelele sociale. De la Pittsburgh la Buenos Aires, de la Delhi la Paris, mi-am desfăşurat propria cercetare, cu întrebări deschise despre relaţiile extraconjugale din ziua de azi.

Răspunsurile pe care le primesc, peste tot în lume, când rostesc cuvântul „infidelitate" merg de la condamnare severă la acceptare resemnată, de la compasiune rezervată la entuziasm nedisimulat. în Bulgaria, câteva femei cu care m-am întâlnit păreau să vadă aventurile soţilor lor drept întâmplări nefericite, dar inevitabile. La Paris, subiectul a produs un frisson instantaneu la o cină şi am observat că oamenii se împărţeau, în mod egal, în două tabere în ceea ce priveşte comentariile. în Mexic, am constatat că femeile văd cu mândrie în creşterea numărului de aventuri ale soţiilor o formă de rebeliune socială contra unei culturi şoviniste, care le-a permis întotdeauna bărbaţilor să aibă „două case" — la casa grande y la casa chica —, una pentru familie şi una pentru amantă. Poate că infidelitatea este omniprezentă, dar modul în care o trăim — cum o definim, cum suferim din cauza ei, cum vorbim despre ea — este, până la urmă, legat de momentul şi locul în care se desfăşoară drama.

Permiteţi-mi să vă pun o întrebare: când vă gândiţi la infidelitate, care sunt primele cuvinte,

asocieri şi imagini care vă vin în minte? Se schimbă ele dacă folosesc cuvintele „poveste de dragoste" sau „relaţie amoroasă"? Sau „aventură", „flirt", „idilă", „partener de sex"? Reacţiile voastre sunt înclinate mai degrabă spre dezaprobare sau spre înţelegere? Cu cine vă simţiţi solidari: cu cel respins, cu infidelul, cu iubitul/iubita, cu copiii? Reacţia voastră s-a schimbat din cauza evenimentelor pe care le-aţi trăit voi înşivă?

Convingerile privitoare la relaţiile extraconjugale sunt profund înrădăcinate în cultura noastră. în Statele Unite, unde trăiesc şi muncesc eu, conversaţiile au tendinţa de a fi viscerale, apăsătoare şi polarizate.

„Infidelitatea? Este ceva peste care nu poţi trece. Cine te-a înşelat o dată o să te înşele toată viaţa", este de părere cineva.

„Hai să fim serioşi, monogamia nu este ceva natural", susţine altă voce.

„Ce prostie! Nu suntem pisici în călduri, suntem oameni! Ce-ar fi să te comporţi ca un adult?", intervine al treilea.

Pe piaţa americană, adulterul se vinde cu un amestec de ton acuzator şi entuziasm. Revistele promovează pornografia, dar, în acelaşi timp, ne ţin predici ipocrite despre credinţă. Din punct de vedere cultural, am devenit atât de deschişi în ceea ce priveşte sexualitatea, încât suntem pe punctul de a depăşi limitele bunului-simţ, dar când e vorba despre fidelitatea sexuală, chiar şi cele mai liberale minţi pot rămâne intransigente. în mod curios, dezaprobarea pe care o exprimăm cu insistenţă ţine sub control energia infidelităţii, fără a arăta, totuşi, cât este de răspândită în realitate. Nu putem nega faptul că astfel de relaţii există, dar putem fi de acord cu toţii că nu ar trebui. Cei implicaţi solicită scuze publice, în timp ce analizează detaliile sordide. De la cele mai înalte eşaloane din elita politică şi militară şi până la fata din colţul străzii, infidelitatea înseamnă narcisism, duplicitate, imoralitate şi ipocrizie. Din această perspectivă, infidelitatea nu poate fi niciodată o simplă ilegalitate, un flirt lipsit de importanţă.

Discursul contemporan pe această temă poate fi rezumat astfel: infidelitatea este un simptom al faptului că o relaţie a luat-o într-o direcţie greşită. Dacă ai acasă tot ce îţi trebuie, nu există niciun motiv pentru care să te duci în altă parte. Bărbaţii înşală din plictiseală şi teamă de intimitate; femeile înşală dintr-o senzaţie de singurătate şi dorinţă de intimitate. Partenerul credincios este matur, devotat, realist; cel care se abate de la calea cea dreaptă este egoist, imatur, lipsit de control. Legăturile extraconjugale fac întotdeauna rău, nu ajută căsnicia şi nici nu pot fi acceptate. Singura modalitate de a reclădi încrederea şi intimitatea este prin recunoaşterea adevărului, prin pocăinţă şi iertare. Şi, nu în ultimul rând, divorţul aduce mai multă stimă de sine decât iertarea.

Tonul moralizator al discuţiilor actuale tinde să plaseze „problema" în cuplurile sau la persoanele care se confruntă şi cu alte necazuri, omiţând aspecte mai importante care pot fi scoase la iveală de acest fenomen. Infidelitatea spune multe despre căsnicie — nu doar despre căsnicia voastră, ci despre căsnicie în sine, ca instituţie. De asemenea, tot infidelitatea ne aruncă în actuala cultură a drepturilor, când ni se pare că merităm toate privilegiile pe care

le avem. Chiar credem că putem reduce cazurile de adulter la câteva „mere stricate"? în mod evident, milioanele de iubiţi nelegiuiţi nu pot fi incluse în categoria cazurilor patologice.

Pentru sau împotrivă?

Există puţini termeni neutri care să descrie adulterul. Oprobriul moral este de multă vreme principalul instrument pentru reprimarea impulsurilor noastre desfrânate, şi asta într-un grad atât de înalt, încât nu avem cuvinte prin care să vorbim despre ele fără a-1 include. Limbajul disponibil se referă în foarte mare măsură la tabuul şi stigmatul reprezentate de infidelitate. în timp ce poeţii vorbesc despre îndrăgostiţi şi aventurieri, cuvintele preferate ale majorităţii oamenilor sunt: trădători, mincinoşi, delatori, dependenţi de sex, adulterini, nimfomane, afemeiaţi şi curve. întregul vocabular este organizat în jurul unei axe a infracţiunii, care nu doar că reflectă modul în care gândim, ci îl şi hrăneşte, însuşi termenul „adulter" este derivat din cuvântul latin care înseamnă corupţie. Cu toate că mă voi strădui să aduc o perspectivă echilibrată asupra acestui subiect, îmi dau seama că, adeseori, voi folosi un limbaj alterat.

Şi în rândul terapeuţilor este greu să descoperi un dialog echilibrat, lipsit de subiectivitate. Cel mai frecvent, aventurile sunt descrise sub forma daunelor produse, cu accentul pe prevenire sau recuperare. împrumutând limbajul juridic, clinicienii etichetează adeseori soţul fidel drept „partea vătămată", iar pe cel infidel drept „inculpat". în general, i se arată multă atenţie persoanei înşelate şi i se dau sfaturi ample trădătorului, pentru ca acesta să îşi ajute partenerul să depăşească trauma.

Dezvăluirea unei relaţii extraconjugale poate fi destabilizatoare; nu e de mirare că majoritatea oamenilor vor să se poziţioneze de o parte sau de cealaltă. De câte ori îi spun cuiva că scriu o carte despre infidelitate, de obicei reacţia imediată sună astfel: „Eşti pentru sau împotrivă?" de parcă ar exista doar două opţiuni. Răspunsul meu este: „Da!“ în spatele acestui răspuns criptic se află dorinţa mea sinceră de a iniţia o conversaţie mai nuanţată şi mai puţin critică despre infidelitate şi dilemele ei. Complexitatea iubirii şi a dorinţei nu permite încadrarea în categoriile simple de bine şi rău, victimă şi inculpat. Să fie clar, a nu condamna nu înseamnă a aproba, plus că există o diferenţă ca de la cer la pământ între a înţelege şi a găsi justificări. Când însă reducem discuţia la formularea de critici, rămânem fără... discuţie.

Totodată, excludem şi oameni cum este Benjamin, un domn manierat, în vârstă de şaptezeci de ani, care a venit la mine după o conferinţă pe care am ţinut-o la Los Angeles şi m-a întrebat: „Tot adulter se numeşte şi atunci când soţia nu mai ştie cum te cheamă?" „Soţia mea are Alzheimer, mi-a explicat el. De trei ani este internată într-un azil şi o vizitez de două ori pe săptămână. De paisprezece luni mă întâlnesc cu o altă femeie. Soţul ei este internat pe acelaşi etaj cu soţia mea. Ne suntem de foarte mare ajutor unul celuilalt." Probabil că Benjamin este unul dintre cei mai simpatici „adulterini" pe care i-am întâlnit, dar în niciun caz singurul de acest fel. Există o mulţime de oameni interesaţi cu adevărat de binele partenerilor, chiar şi atunci când îi mint, tot aşa cum mulţi dintre cei care au fost trădaţi continuă să îi iubească pe cei care i-au minţit şi vor să descopere o modalitate de a rămâne împreună.

Pentru ei toţi, sunt hotărâtă să găsesc o abordare mai eficientă şi mai plină de înţelegere a infidelităţii. Adeseori, oamenii văd o relaţie extraconjugală ca pe o traumă de la care nu există cale de întoarcere. într-adevăr, unele relaţii de acest tip vor da lovitura fatală unei căsnicii. Altele însă pot produce schimbarea de care era nevoie. Trădarea doare până în măduva oaselor, dar poate fi vindecată. Câteodată, adulterul poate fi chiar benefic pentru cuplu.

Pentru că sunt de părere că o criză de infidelitate poate avea rezultate pozitive, am fost adeseori întrebată: „Deci, în cazul unui cuplu care are probleme, îi recomandaţi o relaţie extraconjugală?'* Răspunsul meu? în cazul bolilor terminale, mulţi oameni au experienţe pozitive, care le schimbă viaţa. Dar nu recomand o relaţie extraconjugală, tot aşa cum nu „recomand" să ai cancer.

Aţi fost afectaţi de infidelitate?

Când am început să fiu interesată de subiectul infidelităţii, aveam obiceiul să-i întreb pe cei din publicul conferinţelor mele dacă trăiseră vreo experienţă de acest gen. Nu mă mira să văd că nu ridica nimeni mâna. Nu sunt mulţi oameni care să recunoască în public că şi-au înşelat partenerul sau că au fost înşelaţi.

Am reţinut acest aspect şi mi-am schimbat întrebarea în: „Câţi dintre voi au fost afectaţi de infidelitate de-a lungul vieţii?" Am observat atunci extrem de multe mâini ridicate, în toate categoriile de public. O femeie îl zărise pe soţul unei prietene sărutându-se cu o frumoasă necunoscută, în tren. întrebarea dacă să îi spună sau nu prietenei ceea ce văzuse era o problemă dificilă, care le punea în pericol prietenia. O adolescentă a descoperit că tatăl său avea o relaţie cu o fată de vârsta ei. O mamă nu pricepea de ce fiul ei a rămas cu „târfa aia“, referindu-se la nora sa, care nu mai era primită la prânzul de duminică. Ecourile secretelor şi ale minciunilor se aud în rândul tuturor generaţiilor, lăsând în urmă iubiri neîmpărtăşite şi inimi distruse. Infidelitatea nu este doar povestea a doi sau trei oameni; ea prinde în plasa ei grupuri mai mari.

Adulterinii nu ridică mâinile în public, dar îmi spun poveştile lor în cadru privat. Oamenii mă iau deoparte la petreceri sau vin la mine la birou pentru a-şi dezvălui secretele şi suspiciunile, dorinţele vinovate şi iubirile interzise.

Majoritatea acestor poveşti sunt mult mai banale decât cele care ajung pe prima pagină a ziarelor: fără bebeluşi, fără boli cu transmitere sexuală, fără urmărirea „fostului" pentru a obţine bani. (Bănuiesc că acele cupluri se duc la avocaţi, nu la terapeuţi.) Desigur, am avut şi eu cazurile mele de narcisişti, omnivori sexual, indiferenţi, egoişti sau răzbunători. Am întâlnit cazuri de adulter extreme, în care partenerii ce nu bănuiau nimic au fost grav afectaţi de descoperirea unei a doua familii, a unor conturi bancare ascunse, a promiscuităţii fără limite şi a unor scheme de duplicitate elaborate. Am stat faţă în faţă cu bărbaţi şi femei care m-au minţit senin pe întreaga durată a şedinţelor de terapie. Dar ceea ce văd cel mai des sunt nenumăraţi bărbaţi şi femei devotaţi, cu istorii şi valori similare — valori care includ adeseori monogamia —, ale căror poveşti se derulează pe o traiectorie umană mai modestă. Singurătate, ani de moarte sexuală, resentimente, regrete, neglijare în cuplu, tinereţe pierdută, dorinţă de atenţie, zboruri anulate, prea multă băutură — iată elementele esenţiale ale infidelităţii de zi cu zi. Mulţi dintre aceşti oameni sunt tulburaţi de propriul comportament şi vin la mine în căutare de ajutor.

Motivele adulterului sunt variate, la fel şi reacţiile şi rezultatele posibile. Unele relaţii extraconjugale sunt acte de rezistenţă. Altele se întâmplă când nu mai există pic de rezistenţă. Unii trec graniţa pentru o simplă aventură, alţii caută să emigreze. Unele relaţii de acest tip sunt mici acte de rebeliune, produse din plictiseală, din dorinţa de noutate sau din nevoia de a şti că încă îl mai ai pe vino-ncoace. în mod paradoxal, mulţi oameni ies în afara limitelor căsniciei pentru a o păstra. Când relaţiile devin abuzive, a călca pe de lături poate fi o forţă pozitivă. înşelarea partenerului reprezintă atunci un semnal de alarmă privind nevoia urgentă de atenţie sau poate fi clopotul care anunţă că relaţia şi-a dat duhul. Adulterul este un act de trădare, dar şi o expresie a suferinţei şi a lipsei.

Prin urmare, abordez infidelitatea din mai multe perspective. încerc să apreciez şi să empatizez cu punctul de vedere al ambelor părţi — ce anume i-a făcut unei părţi şi ce a însemnat asta pentru cealaltă parte. Ţin cont şi de alte persoane implicate în relaţie şi deseori lucrez cu ele: iubitul/iubita, copiii, prietenii. Un adulter este o poveste trăită de doi (sau mai mulţi) oameni, în moduri diferite. Prin urmare, ea devine mai multe poveşti, astfel că avem nevoie de un cadru care să poată îngloba aceste relatări diverse şi contrastante. Discursurile de tipul sau/sau nu invită la înţelegere ori reconciliere. Să privim adulterul numai prin prisma daunelor pe care le produce nu este doar reducţionist, ci şi inutil. Pe de altă parte, să dăm deoparte daunele şi să slăvim dorinţa umană de explorare este la fel de reducţionist şi nu ne ajută mai mult. O abordare atât!cât şi poate fi mai adecvată în majoritatea cazurilor. Avem nevoie de o poveste care să lege lucrurile şi să-i ajute pe oameni să navigheze prin experienţa cu atât de multe faţete a infidelităţii — motivele, semnificaţiile, consecinţele. Pentru unii dintre voi, simpla încercare de a înţelege înseamnă a-i oferi adulterului mai multă demnitate decât merită. Dar asta presupune munca terapeutului care sunt.

într-o zi ca oricare alta, primul meu pacient a fost Rupert, un bărbat în vârstă de treizeci şi şase de ani care a părăsit Marea Britanie pentru a-şi urma soţia la New York. Ştia că femeia avea un amant, dar s-a hotărât să nu deschidă subiectul. „Am de reconstruit o căsnicie şi de salvat o familie, mi-a spus. Mă concentrez pe noi doi. înţeleg că s-a îndrăgostit de altcineva, însă mă tot întreb dacă s-ar putea reîndrăgosti de mine."

Au urmat Delia şi Russell — au fost iubiţi în liceu, după care s-au regăsit pe Linkedln, la mult timp după ce fiecare îşi întemeiase o familie. „Nu ne puteam petrece toată viaţa gândindu-ne cum ar fi fost dacă rămâneam împreună", mi-a mărturisit Delia. Cei doi găsiseră răspunsul, dar acesta venea laolaltă cu o dilemă morală. „Am făcut amândoi suficient de multă terapie încât să înţelegem că se întâmplă rar ca relaţiile extraconjugale să reziste pe termen lung, a spus Russell. Cred însă că Delia şi cu mine suntem diferiţi. Nu e vorba de o aventură. Este o poveste de dragoste de o viaţă, care a fost întreruptă. Să dau cu piciorul şansei de a fi cu femeia vieţii mele, să îmi neg toate sentimentele de dragul păstrării unei căsnicii care nu a fost niciodată extraordinară?"

Farrah şi Jude, un cuplu de lesbiene în jur de treizeci şi cinci de ani, erau împreună de şase ani. Jude încerca să înţeleagă de ce Farrah avusese un amor secret după ce căzuseră de acord să aibă o relaţie deschisă. „Ne-am înţeles că este în regulă să facem sex cu alte femei, atâta vreme cât ne spunem asta, mi-a povestit Jude. Am crezut că acest pact ne va proteja — totuşi, ea m-a minţit.

Ce pot să mai fac?“ Nici măcar o relaţie deschisă nu este o garanţie împotriva adulterului.

în pauza de masă, obişnuiesc să îmi citesc e-mailurile. Unul dintre ele a venit de la Barbara, o femeie în vârstă de şaizeci şi opt de ani din Minnesota, care a rămas de curând văduvă. „în decursul perioadei de doliu, am descoperit dovezi că soţul meu avusese o relaţie foarte lungă cu altcineva. Acum mă confrunt cu întrebări la care nu mă aşteptam, cum ar fi: «Oare ar trebui să îi spun fiicei mele?» Şi, ca lucrurile să fie şi mai grave, soţul meu era un om foarte respectat în comunitatea noastră, iar eu continui să fiu invitată la evenimente în memoria sa, la care vin toţi prietenii mei. Sunt într-o dilemă: o parte din mine vrea să îi lase amintirea nepătată, iar o alta tânjeşte să spună adevărul." în discuţiile pe care le purtăm, vorbim despre capacitatea unei descoperiri de a schimba perspectiva asupra unei întregi vieţi. Cum reuşeşte cineva să reconstruiască o viaţă şi o identitate după dubla pierdere — a trădării şi a văduviei?

Mesajul pe care l-am primit de la Susie este încărcat de furie justificată, în numele mamei ei. „A fost o sfântă, care a stat cu tata până la moarte, deşi acesta a avut o relaţie extraconjugală îndelungată." Mă întreb dacă s-a gândit vreodată să spună şi altfel povestea. Şi dacă tatăl ei iubea sincer o altă femeie, dar a rămas acasă şi s-a sacrificat pentru binele familiei?

Adam, un tânăr terapeut, mi-a trimis un mesaj pe Facebook, după ce a participat la una dintre sesiunile mele de formare, „întotdeauna am crezut că oamenii care îşi înşală partenerul sunt demni de dispreţ, mi-a scris. Ar trebui cel puţin să aibă decenţa de a-i respecta pe cei cu care s-au căsătorit şi să nu îi înşele pe la spate. Şi totuşi, participând la acea întrunire, am avut brusc o revelaţie. Camera în care mă aflam era sigură şi confortabilă, şi totuşi mă foiam pe scaun de parcă în perna acestuia erau cărbuni încinşi, care mă împingeau spre un adevăr. Trecusem întotdeauna peste faptul că părinţii mei erau amândoi căsătoriţi când s-au întâlnit; de fapt, tatăl meu o consilia pe mama, care încerca să se despartă de un soţ abuziv. Am venit pe lume în urma relaţiei lor extraconjugale. Acum treizeci şi patru de ani, adulterul a fost fapta care le-a permis părinţilor mei să găsească persoana cu care să vrea să îşi petreacă restul vieţii/* Gândirea lui Adam, în termeni de „alb sau negru**, a fost tulburată atât la nivel personal, cât şi la nivel profesional.

Ultima şedinţă a zilei a fost cu Lily, o agentă de vânzări în vârstă de treizeci şi şapte de ani, care, de vreo zece ani, tot dădea ultimatumuri aşteptând ca iubitul ei să divorţeze. De când începuseră relaţia, el mai făcuse doi copii, iar Lily simţea că fertilitatea ei scădea de la o zi la alta. „Mi-am congelat ovulele luna trecută, dar nu vreau să îi spun asta — am nevoie de toate pârghiile posibile**, mi-a mărturisit. Lily îşi dezvăluia ambivalenţa de la o şedinţă la alta: într-o săptămână era convinsă că bărbatul o manipula, iar în săptămâna următoare se agăţa cu disperare de gândul că ea era, într-adevăr, iubirea vieţii lui.

în timpul unei cine, am primit un SMS „de urgenţa*. Jackson avea o cădere şi trebuia numaidecât să stăm de vorbă. Soţia lui tocmai descoperise că lipseau prea multe pastile din cutia de Viagra şi îl dăduse afară. „Sincer să fiu, mi-a mărturisit Jackson, mă simţeam îngrozitor să îmi -mint soţia. Dar nu mai suportam ca, de fiecare dată când încercam să îmi exprim nevoile sexuale, să văd privirea dezgustată de pe faţa femeii pe care o iubeam atât de mult." Bărbatul avea fantezii erotice foarte colorate, dar, pentru soţia lui, acestea nu prezentau niciun interes, lucru pe care i-1

spusese în mod repetat. După ani de respingere, el şi-a dus fanteziile în altă parte. „Ar fi trebuit să fiu cinstit cu ea, erau prea multe în joc. Nevoile mele sexuale erau importante, dar nu atât de importante încât să nu îmi văd copiii în fiecare zi la micul dejun", mi-a spus Jackson.

Pe măsură ce ascult asemenea poveşti, mă simt şocată, critică, înţelegătoare, protectoare, curioasă, incitată, indiferentă, şi, uneori, toate astea într-o singură oră. Am plâns împreună cu pacienţii mei, m-am simţit plină de speranţă sau disperată, m-am identificat cu toţi cei implicaţi. în fiecare zi văd ravagiile pe care le produce adulterul, dar văd şi cât de inadecvate sunt, astăzi, discuţiile despre acest subiect.

Fereastră către sufletul omului

Aventurile extraconjugale ne învaţă multe lucruri despre relaţii. Ele deschid uşa spre analizarea mai profundă a valorilor, a firii umane şi a puterii erosului. Ne obligă să facem eforturi pentru a răspunde la unele dintre cele mai neliniştitoare întrebări. Ce îi atrage pe oameni în afara limitelor pe care şi le-au stabilit ei înşişi, cu atâta strădanie? De ce doare atât de mult trădarea sexuală? O aventură este întotdeauna o dovadă de egoism şi slăbiciune sau, în unele cazuri, poate fi înţeleasă, acceptată sau chiar văzută ca un act de îndrăzneală şi curaj? Iar aceia dintre noi care nu au cunoscut această dramă pot oare învăţa ceva din tulburarea plăcută a infidelităţii ca să-şi învioreze relaţiile?

O iubire secretă trebuie întotdeauna dezvăluită? Pasiunea are termen de valabilitate? Există nevoi care nu pot fi acoperite de căsnicie, fie ea şi una reuşită? Cum negociem echilibrul delicat dintre necesităţile noastre emoţionale şi dorinţele erotice? Oare monogamia şi-a pierdut utilitatea? Ce este fidelitatea? Putem iubi simultan mai multe persoane?

Pentru mine, discuţiile despre aceste subiecte sunt parte integrantă a oricărei relaţii intime adulte. Din nefericire, majoritatea cuplurilor vorbesc pentru prima dată despre aşa ceva abia când ajung intr-un moment de criză, când se confruntă cu adulterul. Catastrofa are capacitatea de a ne dezvălui esenţa lucrurilor. Vă încurajez să nu aşteptaţi furtuna, ci să discutaţi pe marginea acestor aspecte în linişte. A vorbi într-o atmosferă de încredere despre ceea ce ne scoate în afara propriilor graniţe şi despre teama de pierdere care însoţeşte fenomenul poate spori intimitatea şi implicarea. Dorinţele noastre, chiar şi cele vinovate, sunt o componentă a firii umane.

Oricât de tentant ar fi să reducem adulterul la sex şi minciuni, prefer să folosesc infidelitatea ca pe o poartă către peisajul complex al relaţiilor şi al graniţelor pe care le trasăm pentru a le închide şi bloca. Infidelitatea ne aduce faţă în faţă cu forţele volatile şi contradictorii ale pasiunii: ispita, dorinţa, graba, iubirea şi imposibilitatea ei, alinarea, prinderea în capcană, vinovăţia, durerea, păcatul, supravegherea, nebunia bănuielii, dorinţa ucigătoare de răzbunare, deznodământul tragic. Un avertisment: discutarea acestor aspecte presupune disponibilitatea de a coborî într-un labirint de forţe iraţionale. Dragostea este haotică; infidelitatea, şi mai şi. Dar este deopotrivă o fereastră către fisurile din sufletul omului.

Noul scandal

Divorţ. în toate dezbaterile aprinse despre infidelitate, din mediul online şi din viaţa reală, acest cuvânt apare iar şi iar. Dacă te gândeşti să îţi înşeli partenerul, divorţează. Dacă eşti atât de nefericit încât să înşeli, eşti suficient de nefericit ca să pleci. Iar dacă partenerul tău are o relaţie, sună-ţi imediat avocatul.

Jessica, de treizeci şi ceva de ani, locuieşte în Brooklyn şi are un băieţel în vârstă de doi ani. M-a sunat la o săptămână după ce a aflat că soţul ei, Julian, cu care era căsătorită de patru ani, avea o aventură cu o colegă. „Am găsit un cont secret de Facebook cu mesaje către acea femeie." Copil al erei digitale, a început să se informeze din mediul online.

„Tot ce am citit m-a făcut să mă simt îngrozitor, mi-a explicat Jessica. Parcă erau sfaturile neghioabe date în revistele pentru femei. Mergi mai departe şi nu privi înapoi! Dacă a făcut-o o dată, sigur o va mai face! Scapă de el!

Niciunul dintre site-urile pe care m-am uitat nu ţinea cont de un fapt: că eu încă aveam sentimente foarte puternice pentru acest bărbat. Ne planificaserăm întreaga viaţă, iar el este tatăl fiului meu. Sunt legată de familia lui, care m-a sprijinit foarte mult în ultima săptămână. Toate articolele, toţi autorii, inclusiv părinţii mei îmi spun că e un porc şi că sentimentele mele pentru el sunt greşite. Tata a mers până acolo încât mi-a spus că am sindromul Stockholm! Mă simt judecată de parcă aş fi una dintre «alea» care acceptă ca soţii să le înşele."

Jessica este o femeie independentă financiar, cu diverse opţiuni, spre deosebire de multe altele care nu au nicio variantă când sunt confruntate cu privilegiile patriarhale ale soţilor. Şi tocmai pentru că are alte drepturi, cultura noastră îi cere să şi le exercite. în timp ce o ascultam, mintea mi-a fugit la un seminar pe care îl ţinusem de curând cu un grup de femei dintr-un sat din Maroc. Când le-am explicat că în prezent, în America, femei ca Jessica sunt încurajate să ia atitudine şi să plece, o tânără mi-a replicat, cu o grimasă: „Mais, madame, dacă ar fi să părăsim toţi soţii care aleargă după fuste, Marocul ar fi plin de oameni divorţaţi!"

Cândva, divorţul era stigmatizat. Acum, noul scandal este să alegi să rămâi când poţi să divorţezi. Dovada: Hillary Clinton. Multe femei — care, altfel, o admiră —nu s-au împăcat niciodată cu decizia de a rămâne alături de soţul ei când avea putinţa de a pleca. „Unde îi este stima de sine?"

Sigur, există momente când divorţul este inevitabil, un lucru înţelept sau, pur şi simplu, cea mai bună soluţie pentru toţi cei implicaţi. Dar să fie oare singura soluţie corectă? Riscăm ca, în agonia durerii şi a umilinţei, să amestecăm în grabă reacţiile pe care le avem faţă de adulter cu sentimentele pe care le avem pentru relaţie în toată complexitatea ei. Istoria este rescrisă, punţile sunt arse odată cu fotografiile de la nuntă, iar copiii îşi împart vieţile între două case.

Jessica nu este pregătită să îşi îndepărteze soţul. „Oamenii fac greşeli. Nici eu nu sunt o sfântă; deşi nu m-am culcat cu alţi bărbaţi, totuşi nu sunt partenera perfectă — când lucrurile merg prost sau sunt stresată, mă închid în mine şi beau prea mult. Dacă nu le-am permite partenerilor să facă şi câte un pas greşit, am fi toţi nefericiţi şi singuri", mi-a mărturisit. Jessica e gata să îi dea lui Julian o a doua şansă.

Graba de a divorţa nu lasă loc greşelii, fragilităţii umane. Nu lasă loc pentru reparare, rezistenţă, recuperare. Şi nu lasă loc pentru oameni ca Jessica şi Julian, care vor să crească şi să înveţe din ce s-a întâmplat. Ei mi-au spus: „Amândoi vrem să facem lucrurile să meargă. De la începutul acestei poveşti, am avut nişte discuţii incredibile. Extrem de sincere şi de constructive, aşa cum nu am avut niciodată." Apoi şi-au pus întrebarea: „Dar chiar a trebuit să trecem prin experienţa unui adulter pentru a putea fi cu adevărat sinceri unul cu celălalt?" Aud frecvent asta şi împărtăşesc părerea de rău a celor care mi-o spun. Am să vă dezvălui unul dintre adevărurile nerostite ale relaţiilor: pentru multe cupluri, infidelitatea este singurul lucru atât de puternic încât să atragă atenţia partenerului şi să zguduie un sistem mental înţepenit.

în cele din urmă, problema discuţiei critice, foarte tensionată şi represivă, cu privire la infidelitate este că exclude orice posibilitate de înţelegere mai profundă şi, prin urmare, orice posibilitate de speranţă şi vindecare. Victimizarea face căsnicia şi mai fragilă. Evident, când Julian o înşală pe Jessica în timp ce ea schimbă scutecele bebeluşului, e util pentru ea să îşi exprime furia, care este o reacţie adecvată la această mutilare a relaţiei lor. Dar cu cât vorbesc mai mult cu cei afectaţi de infidelitate — actorul şi cel asupra căruia acţionează acesta, amantul/amanta, copiii —,cu atât simt mai tare nevoia de a avea o perspectivă asupra vieţii şi a iubirii care să fie cât mai departe de vină. Nu avem nimic de câştigat din a fi mâhniţi, răzbunători şi din a ne gândi la despărţire. Dovada este femeia pe care am întâlnit-o şi a cărei indignare era atât de intensă, încât i-a povestit băieţelului ei, în vârstă de cinci ani, despre comportamentul sexual imoral al tatălui, „pentru că trebuie să ştie de ce plânge mami“.

Deşi infidelitatea a devenit unul dintre principalele motive de divorţ, multe cupluri rămân împreună în ciuda acestui fenomen. Dar pentru cât timp şi în ce condiţii? Oare aceşti oameni vor avea şansa de a deveni mai puternici, ca urmare a experienţei pe care au trăit-o? Sau vor îngropa relaţia extraconjugală sub un munte de ruşine şi neîncredere? Modul în care vor metaboliza adulterul va avea o influenţă majoră asupra relaţiei şi a vieţilor lor, împreună sau separat.

In prezent, în Occident, cei mai mulţi dintre noi avem două, trei relaţii importante pe termen lung sau căsnicii. Şi unii dintre noi vor face asta cu aceeaşi persoană. Când un cuplu vine la mine după ce membrii săi s-au confruntat cu un adulter, le spun adeseori următorul lucru: „Prima voastră căsnicie s-a terminat. N-aţi vrea să întemeiaţi o a doua împreună?"

CAPITOLUL 2

A sta de vorbă înseamnă a înşela?

Definirea infidelităţii

Nu am întreţinut relaţii sexuale cu femeia aceea.

Bill Clinton

TOATĂ LUMEA VREA SĂ ŞTIE: „Cât la sută dintre oameni îşi înşală partenerul?" Dar aceasta

este o întrebare dificilă, pentru că, mai întâi, trebuie să răspunzi la o alta: „Ce înseamnă a înşela?" Definiţia infidelităţii nu este în niciun caz una bătută în cuie, iar era digitală oferă o gamă din ce în ce mai largă de întâlniri cu potenţial delictual. A sta de vorbă cu cineva înseamnă a înşela? Dar schimbul de SMS-uri cu conţinut sexual, urmărirea de filme porno, intrarea într-o comunitate de fetişişti, păstrarea contului activ pe aplicaţiile de dating, partidele de sex pe bani, dansurile erotice, masajele cu „final fericit", întâlnirile amoroase cu alte femei, păstrarea legăturii cu fostul/fosta?

Cum nu există o definiţie universal acceptată a infidelităţii, estimările privind prevalenţa acesteia în rândul cuplurilor americane variază destul de mult, între doi la sută şi şapte la sută pentru femei şi între 33 la sută şi 75 la sută pentru bărbaţi.[1] Indiferent care ar fi cifrele exacte, toată lumea e de acord că sunt în creştere şi multe degete arată spre femei ca fiind responsabile pentru aceasta, deoarece femeile închid rapid „breşa infidelităţii". (Cercetările indică o creştere cu 40 la sută din 1990 până în prezent, în timp ce procentele pentru bărbaţi au rămas constante.[2]) în realitate, când definiţia infidelităţii include nu doar „actul sexual", ci şi relaţia romantică, sărutul şi alte contacte cu caracter senzual, studentele îşi depăşesc cu mult colegii de sex masculin.[3]

Colectarea datelor este îngreunată de o realitate simplă: când vine vorba despre sex, oamenii mint — în special cu privire la sexul pe care se presupune că nu ar trebui să îl facă. Stereotipurile de gen există chiar şi la adăpostul anonimatului. Bărbaţii sunt educaţi în aşa fel încât să se laude, să-şi amplifice faptele şi să îşi prezinte cât mai bombastic activitatea sexuală, în timp ce femeile minimalizează, neagă şi exagerează cu modestia. Ceea ce nu ne miră, dacă ne gândim că încă există nouă ţări în care femeile pot primi pedeapsa cu moartea dacă îşi înşală bărbaţii. Onestitatea sexuală este inseparabilă de politica sexuală.

Mai mult, suntem nişte fiinţe contradictorii. în timp ce 95 la sută dintre oameni afirmă că ar fi profund greşit ca partenerul lor să mintă dacă are o relaţie extraconjugală, cam acelaşi procent susţine că exact asta ar face dacă ar avea o astfel de relaţie. Iar răspunsul la întrebarea de aur: „Aţi începe o aventură dacă aţi şti că nu aţi fi prins niciodată?" face ca procentul să crească exponenţial. în cele din urmă, toate statisticile din lume, indiferent de cât de exacte ar fi, nu ne pot oferi informaţii certe cu privire la realitatea complexă a infidelităţii din ziua de azi. Aşadar, mă voi concentra pe poveşti, nu pe cifre. Pentru că poveştile sunt cele care ne conduc spre problemele umane profunde ale dorinţei şi ale dezamăgirii, ale angajamentului şi ale libertăţii erotice. Tema lor comună este că un partener se simte trădat de celălalt. Dar ceea ce face ca aceste drame să fie convingătoare este restul poveştii. Seduşi de nevoia de etichete, avem tendinţa de a grupa prea multe experienţe într-un singur termen: „infidelitate".

Dacă ar fi atât de simplu...

„Ai făcut sex cu altcineva decât cu soţul/soţia în ultimele douăsprezece luni?" Dacă definirea infidelităţii ar fi la fel de uşoară ca un răspuns „da/nu“ la această întrebare, munca mea ar deveni mult mai lesnicioasă. Argumentele amare pe care le cunosc îmi amintesc zilnic că, în timp ce unele forme de adulter sunt foarte simple, lumea relaţiilor extraconjugale este la fel de tulbure pe cât e şi lumea sexualităţii.

Elias i-a sugerat soţiei sale, Linda, să consulte împreună un specialist. Cei doi nu reuşesc să cadă de acord cu privire la definiţia adulterului. Elias, care merge regulat în baruri de striptease, se apără: „Mă uit, vorbesc, plătesc, dar nu ating. Unde e adulterul?" în mintea lui, îi este loial soţiei lui. Linda este de altă părere şi îl trimite să doarmă pe canapea.

Ashlee tocmai a aflat că iubita ei, Lisa, face sex din când în când cu Tom, un fost iubit. „Ea spune că nu mă înşală, pentru că el este bărbat! Dar, din punctul meu de vedere, asta nu face decât să agraveze lucrurile. Nu doar că mă minte, dar face şi ceva ce eu nu îi pot oferi. Sau eu sunt bună doar pentru perioadele ei de lesbianism?", mi-a mărturisit Ashlee.

Shannon s-a simţit trădată când a descoperit că iubitul ei, Corbin, tocmai a cumpărat o cutie cu prezervative— e un produs de care ei nu au nevoie, deoarece încearcă să aibă un copil. „Dar nu am făcut nimic rău! Era doar o idee! Vrei să îţi bagi nasul şi în mintea mea, şi în telefonul meu?“, a protestat Corbin. „Mie cumpăratul prezervativelor nu mi se pare o idee bună!“, a venit replica lui Shannon. Nu, dar înseamnă asta infidelitate?

Dar pornografia? Deşi majoritatea oamenilor ar fi de părere că un exemplar vechi din Playboy ascuns sub saltea nu înseamnă trădare, graniţele pot deveni mai puţin clare când trecem de la hârtia tipărită la ecran. Mulţi bărbaţi consideră că urmărirea filmelor porno intră în aceeaşi categorie cu masturbarea — unii chiar se laudă că asta îi ajută să nu îşi înşele partenera. Totuşi, Violet s-a considerat întotdeauna o persoană deschisă la minte cu privire la pornografie. Când a intrat în biroul lui Jared şi l-a prins uitându-se la o blondă care gâfâia, şi-a dat ochii peste cap şi a glumit, spunându-i că îi trebuie un alt hobby. Dar când femeia a întrebat: „Cum e, Jared? Ai terminat?[1]*, şi-a dat seama că el era pe Skype. „îngrozitor este că încearcă să mă convingă că asta nu înseamnă că mă înşală. Zice că e pornografie personalizata', mi-a povestit Violet.

în această epocă a conectării globale, posibilităţile de flirt sunt infinite. în prezent, 68 la sută dintre americani au internet pe telefonul mobil, ceea ce înseamnă că „ai în buzunar, 24 de ore din 24, şapte zile din şapte, un bar cu oameni singuri care îşi caută un partener**[4], ca să îl citez pe actorul Aziz Ansari. Şi nu este vorba doar despre oameni neimplicaţi într-o relaţie. Cei care sunt căsătoriţi au propriile site-uri pe care le frecventează, cum ar fi mult hulitul

AshleyMadison.com. Internetul este un puternic factor de democratizare, oferind acces egal dorinţelor noastre interzise.

Nici nu mai este nevoie să pleci de acasă pentru a avea o relaţie extraconjugală. Poţi să ai o aventură stând în pat, chiar lângă partenerul tău. Unul dintre pacienţii mei, Joachim, îl mângâia pe soţul lui, Dean, când a observat că acesta îi trimitea mesaje altui bărbat, pe site-ul gay Manhunt. în mod asemănător, Kit stătea pe canapea lângă iubita lui, Jodi, uitându-se la televizor, când a recunoscut mişcarea familiară a degetelor ei pe iPhone. „A zis că era doar curioasă, că e ca un joc, şi că nu merge niciodată mai departe. Dar la ceremonia în care ne-am jurat credinţă am căzut amândoi de acord să ştergem aplicaţia Tinder de pe telefoane!", mi-a povestit Kit.

Internetul a făcut sexul „accesibil, convenabil şi anonim"[5], după cum consideră cercetătorul Al

Cooper. Toate acestea se aplică în mod egal infidelităţii — şi aş adăuga încă un cuvânt: ambiguu. Când nu mai este un schimb de săruturi, ci un schimb de poze cu penisuri, când ora petrecută într-o cameră de motel a devenit un Snapchat la ore târzii, când cina secretă a fost înlocuită cu un cont Facebook fals, cum mai putem şti ce anume este adulter? Ca urmare a dezvoltării continue a acestor activităţi clandestine, devine imperios să regândim cu atenţie modul în care conceptu-alizăm infidelitatea în epoca digitală.

Cine defineşte limitele?

>

Definirea adulterului este, în acelaşi timp, ceva destul de simplu şi destul de complicat. în prezent, în Occident, etica relaţiilor nu mai e dictată de autoritatea religioasă. Definirea infidelităţii nu se mai află în mâinile Papei, ci în ale oamenilor. Asta înseamnă mai multă libertate, dar şi mai multă nesiguranţă. Cuplurile trebuie să îşi stabilească singure condiţiile.

Când cineva deschide subiectul şi recunoaşte: „Am avut o aventura', nu-i mai arde nimănui de hermeneutică. Atunci când îţi prinzi partenerul în pat cu altcineva sau când găseşti e-mailuri care denotă o viaţă paralelă de mai mulţi ani, lucrurile sunt, din nou, destul de clare. Dar când un partener hotărăşte că modul în care s-a comportat celălalt este o trădare, iar reacţia sună la modul: „Nu e ceea ce crezi", „Nu a însemnat nimic" sau „Asta nu înseamnă a înşela", intrăm pe un teritoriu nebulos. De obicei, sarcina de a sesiza faulturile şi de a interpreta semnificaţia acestora îi revine celui care se simte trădat. Dar oare faptul că se simte rănit îl îndreptăţeşte pe acesta să aibă proprietate deplină asupra definiţiei?

Un lucru rămâne clar: toate definiţiile infidelităţii moderne implică noţiunea de încălcare a unui contract între doi indivizi. Nu mai este un păcat dinaintea lui Dumnezeu, o rupere a alianţei familiei, o pângărire a sângelui unui neam sau o risipire a resurselor şi a moştenirilor. Astăzi, în centrul trădării se află încălcarea încrederii: aşteptăm ca partenerul să se poarte conform setului nostru de presupuneri şi ne bazăm comportamentul pe asta. Nu vorbim în mod special despre un comportament sexual sau emoţional anume, care include trădarea; mai degrabă trădarea nu intră în contractul de cuplu. Pare corect. Dar problema este că, pentru majoritatea, aceste contracte nu reprezintă un subiect pe care să îl negociem explicit, multă vreme. în realitate, poate că este o exagerare să le numim „contracte".

Unele cupluri îşi definesc angajamentele de la bun început, dar cele mai multe o fac pe măsură ce relaţia avansează, „văzând şi făcând“. Relaţiile sunt un mozaic de reguli şi roluri nespuse, la care lucrăm încă de la prima întâlnire. De la început trasăm graniţe: ce este în interior, ce este în afară. Eu, tu, noi. Petrecem timp şi singuri, fiecare, sau facem totul împreună? Punem banii la comun? Trebuie să participăm la toate reuniunile de familie?

Acum, că ne avem unul pe celălalt, ne analizăm prieteniile şi stabilim cât de importante trebuie să fie. Ne facem ordine în vieţi — ştim despre foştii parteneri, vorbim despre ei, le păstrăm pozele în telefon, rămânem prieteni pe Facebook? în special în ceea ce priveşte aceste relaţii externe, observăm cât de mult putem jongla cu ele înainte de a ne călca reciproc pe

bătături. „Nu mi-ai spus niciodată că ai păstrat legătura cu fata aceea cu care te întâlneai în facultate!" „Am făcut sex de zece ori, dar văd că încă ţi-ai păstrat profilul pe Hinge." „înţeleg că e cel mai bun prieten al tău şi că vă cunoaşteţi de la grădiniţă, dar chiar trebuie să îi spui totul despre noi?"

Astfel stabilim limitele pentru ceea ce facem separat şi ceea ce facem împreună, definind contractul implicit al relaţiei. în majoritatea cazurilor, versiunea pe care unul dintre parteneri o are asupra lucrurilor este diferită de versiunea celuilalt.

Uneori, cuplurile gay sunt excepţia de la această regulă. Având în vedere că au trăit atâta vreme în afara normelor sociale standard şi că s-au luptat vitejeşte pentru autodeterminare sexuală, partenerii sunt conştienţi de preţul limitărilor sexuale şi nu au de gând să îşi pună singuri cătuşe. Sunt mai înclinaţi să negocieze deschis monogamia, în loc să o presupună în mod tacit. Tot aşa, o minoritate crescândă de cupluri heterosexuale experimentează forme de nonmonogamie consensuală, în care graniţele sunt mai permeabile şi, de asemenea, mai explicite. Asta nu înseamnă că partenerii sunt imuni la suferinţa trădării, ci doar că sunt mai înclinaţi să o înţeleagă în acelaşi fel.

Totuşi, pentru idealiştii iubirii moderne, însuşi faptul de a discuta despre monogamie pare să pună sub semnul întrebării prezumţia de „special" care se află în centrul visului romantic. Odată ce „l-am găsit pe El“/„am găsit-o pe Ea", suntem de părere că nu ar mai trebui să existe nicio nevoie, nicio dorinţă şi nicio atracţie pentru altcineva. Prin urmare, contractele noastre de închiriere sunt mult mai complexe decât contractele relaţionale. Pentru multe cupluri, discuţia constă în maximum cinci cuvinte: „Dacă te prind, eşti mort!"

O nouă definiţie

Pentru mine, infidelitatea include unul sau mai multe dintre aceste trei elemente constitutive: secretul, alchimia sexuală şi intimitatea emoţională:[6] înainte să trec mai departe, vreau să lămuresc faptul că acestea nu sunt trei criterii rigide, ci mai degrabă o prismă cu trei faţete prin care poţi să îţi vezi experienţa şi aşteptările. Totuşi, lărgirea definiţiei nu înseamnă coborârea în relativism moral. Nu toate infidelităţile sunt egale. în cele din urmă, astfel de probleme sunt personale şi încărcate cu o valoare anume. Scopul meu este să vă ofer un cadru în care să vă analizaţi propriile condiţii şi să comunicaţi mai profund cu cei pe care îi iubiţi.

Secretul este principiul organizator al unei relaţii extraconjugale. Un adulter „trăieşte" întotdeauna în umbra relaţiei principale, cu speranţa să nu fie niciodată descoperit. Secretul este exact ceea ce sporeşte încărcătura erotică. „Sexul şi subterfugiile fac un cocktail delicios"[7], e de părere jurnalista Julia Keller. Cu toţii cunoaştem, încă din copilărie, bucuria de a ascunde şi a păstra secrete. Ele ne fac să ne simţim puternici, mai puţin vulnerabili şi mai liberi. Dar, la vârsta adultă, această plăcere vinovată este inacceptabilă. „Am fost întotdeauna o persoană de genul «ce-i în guşă, şi-n căpuşă»", mi-a mărturisit Angela, o doamnă de origine irlandeză, foarte pedantă, asistentă la o firmă de avocatură, după ce şi-a dat seama, prin aventura pe care o avea cu un client, că îi plăcea să îşi înşele soţul. „Descoperirea faptului că am putut acţiona contrar valorilor mele dintotdeauna a fost uimitoare şi, în acelaşi timp, excitantă. La un moment

dat, stăteam de vorbă cu sora mea, care tuna şi fulgera cu privire la păcatele celor care îşi înşală partenerii, iar eu zâmbeam în sinea mea, gândindu-mă la micul meu secret. Habar nu avea că stătea faţă în faţă cu o «păcătoasă»", a continuat Angela.

Descriind amestecul volatil de vinovăţie şi plăcere, Max, unul dintre pacienţii mei, a recunoscut: „Aveam momente când mă simţeam ca ultimul om, dar în clipa următoare ştiam că atingeam esenţa a ceva care îmi trebuia din nou, cu disperare." Max are patruzeci şi şapte de ani şi este un tată devotat celor trei copii ai săi, dintre care unul suferă de paralizie cerebrală. Bărbatul e hotărât să păstreze tăcerea: „Nu îi voi spune niciodată soţiei mele că am dus o viaţă paralelă, alături de altă femeie, dar nici nu voi regreta că am făcut asta. A trebuit ca relaţia să existe în tăcere. Nu era altă cale! Aventura s-a terminat, dar secretul rămâne viu."

Una dintre cele mai importante caracteristici ale secretului este funcţia lui de poartă spre autonomie şi control. Iată o temă pe care o aud în mod repetat, cel mai des de la femei, dar şi de la bărbaţii care, într-un fel sau altul, se simt lipsiţi de putere. „Ca negru în lumea academică albă, trebuie să respecţi strict regulile. Pentru cineva ca mine, nu prea există spaţiu de manevra*, mi-a explicat Tyrell. Nu am fost surprinsă când mi-a spus că aventurile sunt locul unde el poate stabili regulile. „Nu pot fi controlat peste tot“ este sloganul care îi însoţeşte relaţiile extraconjugale.

Legăturile de acest fel sunt o cale către risc şi pericol, dar şi către energia plină de îndrăzneală a încălcării regulilor. Nefiind siguri de următoarea întâlnire, avem garantată emoţia aşteptării. Iubirea extraconjugală trăieşte într-un univers închis, ascunsă de restul lumii. Adulterul înfloreşte la marginea vieţii noastre şi, atâta vreme cât nu este expus luminii zilei, vraja lui rămâne intactă.

Totuşi, secretele nu înseamnă doar distracţie şi joacă, nici măcar pentru cei direct implicaţi. Asemenea enigmei adulterului, ele dau naştere la minciună, negare, decepţii şi strategii elaborate. A trăi în duplicitate poate crea o senzaţie de izolare şi, cu trecerea timpului, poate duce la sentimente distrugătoare de ruşine şi ură de sine. Când am întrebat-o pe Melanie de ce a decis să pună punct relaţiei ei extraconjugale, care dura de şase ani, răspunsul a fost: „Câtă vreme mă simţeam vinovată, mă vedeam ca fiind o persoană bună care face lucruri rele. Dar din ziua în care nu m-am mai simţit vinovată, mi-am pierdut respectul faţă de propria persoană. Sunt, pur şi simplu, o persoană rea.“

Pentru partenerul înşelat, secretele descoperite sunt devastatoare. Pentru multe persoane, în special în Statele

Unite, cele mai profunde cicatrici sunt lăsate de minciunile repetate. Aud o frază iar şi iar: „Problema nu constă în faptul că m-a înşelat, ci că m-a minţit în legătură cu asta.“ Şi totuşi, minciuna incriminată într-un colţ al planetei este văzută ca „discreţie" în alte părţi. în poveştile pe care le aud, se înţelege de la sine că adulterul vine „la pachet" cu minciuni şi disimulări. Ceea ce umileşte şi produce suferinţă este faptul că persoana în cauză nu a ascuns destul de bine totul.

Orice discuţie despre infidelitate implică faptul că avem de-a face cu secrete. Dar poate însemna şi că trebuie să ne întrebăm: „Şi cum rămâne cu viaţa privată? Unde se termină viaţa privată şi

unde începe viaţa secretă? Sunt îndreptăţite tacticile de prevenire gen trasul cu ochiul la telefonul partenerului? Intimitatea cere transparenţă totală?"

Alchimia sexuală este un termen pe care îl folosesc în loc de „sex", pentru că prefer o definiţie a sexualităţii mai largă decât cea a lui Bill Clinton — una care nu se opreşte la repertoriul îngust al activităţii sexuale, ci include o înţelegere mai largă a minţii, a corpului şi a energiei erotice. Vorbind despre alchimia sexuală, vreau să lămuresc faptul că relaţiile extraconjugale uneori implică sex, alteori nu, dar sunt întotdeauna erotice. După cum afirma Marcel Proust, imaginaţia noastră este responsabilă pentru iubire, şi nu cealaltă persoană.[8] Erotismul înseamnă că un sărut despre care doar ne imaginăm că îl dăm poate fi la fel de puternic şi de excitant ca ore întregi de sex real. Mă gândesc acum la Charmaine, o jamaicană în vârstă de cincizeci şi unu de ani, cu un zâmbet contagios, care, de mai mult timp, ia prânzuri prelungite cu mai tânărul ei coleg Roy. Femeia insistă că această relaţie nu încalcă jurămintele maritale: „Tehnic, nu am făcut sex. Nici măcar nu ne-am atins; doar am stat de vorbă. Unde e adulterul în asta?" Dar ştim cu toţii că renunţarea poate fi la fel de erotică precum consumarea actului sexual. Dorinţa îşi are rădăcinile în absenţă şi dor. Când am insistat, Charmaine a recunoscut: „Nu am fost niciodată atât de excitată. Era ca şi cum mă atingea fără să mă atingă.“ Ce descrie Charmaine nu este alchimie sexuală? Un prânz inocent poate fi excitant, chiar dacă, după cum spunea Cheryl Strayed, Charmaine „a rămas pe uscat"[9].

„Nu s-a întâmplat nimic!" este expresia preferată la care recurg toţi cei care iau sexul la modul strict literal. După câteva pahare în plus la aniversarea colegei sale Abby, Dustin a acceptat invitaţia ei de a rămâne peste noapte. Când, a doua zi, a fost chestionat de iubita lui, Leah, bărbatul a rostit insistent aceste cuvinte: „Bine, dacă vrei să ştii, am dormit în acelaşi pat. Dar, îţi repet, nu s-a întâmplat nimic." Mă întreb în ce punct „se întâmplă ceva"? între timp, Leah a fost năpădită de întrebări. S-au dezbrăcat? Ea a dormit în braţele lui? Oare Dustin şi-a frecat nasul de faţa ei în somn? A avut erecţie? Toate astea înseamnă „nimic"?

Astfel de poveşti indică un lucru foarte important — în numeroase relaţii extraconjugale este vorba mai puţin despre sex şi mai mult despre dorinţă: nevoia de a te simţi dorit, de a te simţi special, de a fi văzut şi a fi conectat, de a atrage atenţia. Toate acestea poartă cu sine un frisson erotic ce ne dă senzaţia că suntem vii, înnoiţi, încărcaţi. Este mai mult energie decât acţiune, mai mult vrajă decât penetrare.

Chiar şi atunci când este vorba despre un act sexual, sistemul de apărare al adulterului este extrem de eficient în a găsi portiţe de salvare. Oamenii fac tot ce le stă în putere pentru a scoate sexul din sex. Colega mea Francesca (lentille a întocmit o listă cu câteva dintre cele mai creative continuări pentru fraza care începe cu: „Nu poate fi considerat sex pentru că.

„...nu ştiam cum o cheamă."

„...nimeni nu a avut orgasm."

„...eram beat/drogat."

„...nu mi-a plăcut."

„.. .nu îmi amintesc toate detaliile."

„...a fost cu o persoană de alt sex decât cel cu care fac amor de obicei."

„...nu ne-a văzut nimeni."

„...aveam hainele pe noi."

„...nu eram complet dezbrăcaţi."

„...un picior era pe podea."[10]

Toate aceste explicaţii sunt legate de lumea fizică. Spaţiul virtual adaugă şi altele. Sexul virtual este real? Când te uiţi la un fund gol pe ecran, alergi liber prin sanctuarul imaginaţiei, sau ai păşit în zona periculoasă a trădării? Pentru mulţi oameni, Rubiconul a fost trecut doar atunci când există interacţiune — când starul porno devine o femeie în direct, pe camera video, sau când pozele nud nu mai sunt pe un cont anonim de Tumblr, ci vin direct pe telefonul ei de la un tip în carne şi oase. Dar cum rămâne cu realitatea virtuală? Este chiar reală, sau imaginată?
Sunt întrebări importante, pe care noi, cultural vorbind, le cântărim, fără a avea răspunsuri definitive. „Mişcarea de la realitatea imaginară pasivă la realitatea virtuală interactivă din ciberspaţiu este mult mai radicală decât cea de la fotografi la film[1'11], afirmă în mod pertinent filozoful Aaron Ben Zeev. Putem dezbate îndelung pe tema a ce e real şi ce e imaginar, dar alchimia erotismului este oricum evidentă.

Chiar dacă suntem de acord să lărgim analiza, pentru a include o varietate de exprimări sexuale, tot nu vom cădea de acord cu privire la ce înseamnă ele şi în ce categorie intră. în mod inevitabil, toate aceste discuţii ridică problema spinoasă a naturii libertăţii noastre erotice. Ne aşteptăm ca şinele erotic al partenerului să ne aparţină în mod exclusiv? Vorbesc despre gânduri, fantezii, vise, amintiri, dar şi motive de excitare, lucruri care îl atrag, masturbare. Aceste aspecte ale sexualităţii pot fi personale şi pot face parte din eul nostru suveran, existând în grădina noastră secretă. Unii oameni, însă, văd domeniul sexual, în totalitatea sa, ca pe ceva ce trebuie împărtăşit. A descoperi că partenerul se masturbează sau că încă are sentimente faţă de un fost/o fostă pare sinonim cu adulterul. Din această perspectivă, orice exprimare independentă a sexualităţii — reală sau imaginară — este o încălcare a angajamentului făcut. Dintr-o altă perspectivă, totuşi, a lăsa loc pentru un anumit grad de individualitate erotică poate însemna respect pentru viaţa privată şi autonomie, fiind o garanţie pentru intimitate. în zecile de ani de când lucrez cu cupluri, am observat că persoanele care au cel mai mare succes în a păstra vie scânteia erotică sunt cele care se simt confortabil dacă păstrează misterul din relaţia lor. Chiar dacă sunt monogami în acţiuni, aceşti oameni recunosc că nu sunt proprietari unul pe sexualitatea celuilalt. Faptul că celălalt este oarecum distant reprezintă exact ceea ce îi face să îşi dorească să revină şi să descopere mai mult.

Fiecare cuplu trebuie să îşi negocieze independenţa erotică reciprocă drept parte din discuţia mai complexă despre individualitate şi legături. în eforturile pe care le facem pentru a ne proteja de trădarea intimă, cerem acces, control şi transparenţă. Şi riscăm să eradicăm, fără să ştim, exact spaţiul dintre noi care păstrează vie dorinţa. Focul are nevoie de oxigen.

Intimitatea emoţională este al treilea element care poate juca un rol în ceea ce priveşte infidelitatea. Majoritatea adulterelor presupun şi o implicare emoţională, într-o măsură mai mare sau mai mică. La capătul profund al spectrului avem relaţia de iubire, care include şi buchetul de sentimente pasionale. „Credeam că ştiu ce e iubirea, dar nu am mai simţit niciodată aşa ceva“ este o frază des întâlnită. Oamenii aflaţi în această situaţie îmi vorbesc despre iubire, transcendenţă, destin, intervenţie divină — ceva atât de pur, încât nu au putut trece mai departe, deoarece „negarea acelor sentimente ar fi fost un act de autotrădare“. Pentru cei implicaţi într-o astfel de poveste de iubire nemaivăzută, termenul de „adulter" este inadecvat, fiindcă nu surprinde profunzimea emoţională a experienţei. „Când îi spui înşelare, reduci totul la un lucru vulgar", mi-a explicat Ludo. „Pentru că şi ea trecuse prin ceva similar, Mandy a fost prima persoană cu care am putut vorbi deschis despre abuzurile tatălui meu. Da, am făcut sex, dar a fost mult mai mult decât atât."

Pe măsură ce avansăm în acest proces continuu, descoperim o gamă întreagă de întâlniri care includ grade diferite de intimitate emoţională. La capătul superficial, avem flirturi care sunt recreaţionale, anonime, virtuale sau plătite. în multe dintre aceste cazuri, oamenii insistă că, în abaterile lor, nu există implicare emoţională. Ba unii chiar merg până într-acolo încât susţin că, prin urmare, ceea ce au făcut nu constituie o trădare. „Plătesc fata tocmai ca să plece! Toată treaba cu prostituata este să nu te îndrăgosteşti de ea, aşadar nu reprezintă o ameninţare la adresa căsniciei mele“, mi-a explicat Guy. Fraza comună în astfel de cazuri este: „Nu a însemnat nimic!“ Dar este sexul vreodată doar sex? Poate că nu există sentimente ataşate unei partide de sex întâmplătoare, dar faptul că s-a întâmplat are nenumărate semnificaţii.

Este ironic faptul că unii oameni, precum Guy, vor minimaliza implicarea emoţională, pentru a reduce delictul („Nu a însemnat nimic!“), în timp ce alţii, precum Charmaine, vor sublinia natura emoţională a legăturii, exact cu acelaşi scop („Nu s-a întâmplat nimic!“).

A curs multă cerneală în încercarea de a determina care rău este mai mare — iubirea furată sau sexul interzis. Sensibilităţile noastre individuale sunt marcate de idio-sincrazie. Unii oameni nu sunt deranjaţi de legăturile emoţionale cu alţii — atâta vreme cât fiecare îşi ţine mâinile acasă. Alţii consideră că sexul nu e foarte important şi îi dau celuilalt libertatea de a se juca — atâta vreme cât nu sunt implicate sentimente. Ei numesc asta „monogamie emoţionala'. Pentru majoritatea, sexul şi emoţiile se dovedesc greu de separat. Poţi avea mult din fiecare, mai mult dintr-una sau mai mult din cealaltă, dar, de obicei, ambele joacă un rol în cutia cu nisip mişcător a adulterului.

Toate acestea fiind spuse, vă încurajez să vă gândiţi la ce înseamnă pentru voi infidelitatea şi la ce simţiţi legat de asta — şi să întrebaţi, deschis, ce înseamnă şi pentru partener.

Ce înseamnă adulterul emotional?

>

în ultimii ani a apărut o nouă expresie: „adulter emoţional“. Este termenul neutru din lexicul infidelităţii de azi. în general, este utilizat pentru a indica faptul că trădarea nu implică o relaţie

sexuală fizică, ci, mai degrabă, o apropiere emoţională incorectă, care ar trebui păstrată pentru partenerul de viaţă şi care secătuieşte relaţia principală.

în timp ce expun această idee, depistez deja câteva probleme. în primul rând, promovează viziunea „penis/ vagin“ despre sex, de care se agaţă Charmaine şi Dustin. Extrem de multe „adultere emoţionale" pulsează de tensiune sexuală, indiferent dacă organele genitale s-au atins sau nu, iar găsirea unei noi etichete pentru asta mi se pare un reducţionism erotic.

Totuşi, uneori, termenul „adulter emoţional" este aplicat relaţiilor care chiar sunt platonice, dar sunt percepute ca fiind „prea apropiate". Deoarece cuplul modern este strâns legat de conceptul de intimitate emoţională şi onestitate totală, atunci când ne deschidem sufletul către altcineva pare să fie o trădare. Modelul nostru de iubire romantică este unul în care ne aşteptăm ca partenerul de viaţă să ne fie partenerul emoţional principal — singurul cu care împărţim cele mai profunde visuri, regrete şi nelinişti.

Aici ne găsim pe teren virgin. Infidelitatea emoţională nu exista în rândurile generaţiilor anterioare, pentru care conceptul de căsnicie nu era organizat în jurul exclusivităţii emoţionale, şi rămâne ceva încă necunoscut în multe părţi ale lumii. Mă tem că acest concept este incorect explicat. Căsniciile au devenit întotdeauna mai solide când partenerii s-au putut deschide către alţii sau când au găsit debuşee multiple pentru conectare emoţională. Când ne „turnăm" toate nevoile intime într-o singură persoană, riscăm să facem relaţia mai vulnerabilă.

Apele se tulbură la iuţeală atunci când încercăm să analizăm subtilităţile trădării emoţionale. Pe de o parte, definirea relaţiei ca o legătură de suflet este adeseori o mască pentru o aventură. Când o femeie se plânge că partenerul ei este absorbit de noua lui „prietenă" — e pe chat cu ea la orice oră, îşi trimit mesaje pe telefon, îi face liste cu muzică—,eu îi înţeleg frustrarea, dar pricep şi faptul că ceea ce o deranjează nu este doar emoţional, ci şi sexual. Pe de altă parte, relaţiile emoţionale profunde cu alţii sunt debuşee legitime pentru sentimente şi nevoi care nu pot fi, toate, rezolvate în interiorul căsniciei. Şedinţă după şedinţă, încerc să lămuresc aceste aspecte. Având în vedere cât de nesigur este acest teritoriu, nu e de mirare că mulţi oameni se agaţă de cea mai la îndemână faţetă a infidelităţii, adică de sexul interzis.

Schimbarea rolurilor, schimbarea poveştilor

Uneori, noi suntem cei care definim infidelitatea; alteori, ea ne defineşte pe noi. Putem fi tentaţi să vedem rolurile din triunghiul adulterin ca fiind deja stabilite: soţul trădat, trădătorul, amantul. Dar, în realitate, destui dintre noi ne găsim în mai multe posturi, iar perspectiva noastră cu privire la ce înseamnă asta se va schimba, aşa cum ne schimbăm şi noi în funcţie de situaţie.

Heather, o femeie singură din New York, aflată în cea mai fertilă perioadă a vieţii, încă speră la un „şi au trăit fericiţi până la adânci bătrâneţi". Acum câţiva ani, mi-a povestit de cr s-a despărţit de logodnicul ei, Fred. Descoperise în computerul acestuia un fişier plin cu mesaje pentru escorte, cu lot felul de cereri ciudate şi programări de întâlniri. S-a simţit trădată de această viaţă sexuală paralelă, dar a fost şi mai supărată pentru că Fred era cel care, de regulă, o verifica pe ea. Heather îşi dorea o relaţie monogamă dinamică şi plină de pasiune, dar Fred îşi ducea

testosteronul In altă parte, iar acasă venea doar cu o versiune flegmatică, lipsită de pasiune, a propriei persoane. Terapeutul la care mergeau împreună i-a spus că Fred trebuia să crească şi că, peste patru sau cinci ani, urma să fie un partener minunat. „Analiza cost-beneficiu mi-a arătat că nu merită efortul. Când m-am gândit la ce doream să fac între treizeci şi şapte şi patruzeci de ani, răspunsul nu a fost că vreau să îl cresc pe Fred până când devine adult", mi-a mărturisit Heather.

Vara trecută, mi-a spus că a cunoscut un alt bărbat, Ryan, în trenul ce o ducea de la Boston la New York. Privirile li s-au întâlnit şi au ştiut amândoi ce înseamnă asta. Ryan a fost sincer cu privire la situaţia lui: „Sunt căsătorit de treisprezece ani, am doi copii şi urmează să divorţez." Ryan şi soţia sa, Blair, căzuseră de acord că totul se terminase, dar luau lucrurile încet, gândindu-se dacă să le spună copiilor în weekendul cu familia, sau în toamnă, când se întorceau la şcoală.

Mi-am dat seama că, nu cu mult timp în urmă, Heather simţise că era înşelată. Oare realiza că acum ea era cea care avea o aventură cu un bărbat însurat? „E ultimul lucru pe care l-am dorit, însă nu este chiar o aventură. Căsnicia lui Ryan nu s-a încheiat din punct de vedere legal, dar, din toate celelalte puncte de vedere aceasta s-a sfârşit", mi-a declarat Heather.

„Dar tu nu i-ai spus: du-te acasă, rezolvă-ţi treburile şi vino la mine după aceea“, am zgândărit-o puţin.

Brusc, a devenit defensivă: „Bine, dar când se termină cu adevărat o căsnicie? Când cei doi dorm în camere separate? Când anunţi asta public, familiei şi prietenilor? Când începi legal divorţul? Este un proces foarte lung şi nu-mi dau seama care ar fi, pentru mine, un termen mulţumitor." Mă bucur să o văd pe Heather strălucind. însă îmi dau seama şi că noţiunea ei de infidelitate a devenit foarte elastică acum, când se află de cealaltă parte a baricadei.

Câteva săptămâni mai târziu, strălucirea i-a dispărut. Mi-a povestit că, după ce s-au întâlnit, discret, timp de două luni, a petrecut un weekend întreg cu Ryan, unul dintre cele mai fericite episoade din viaţa ei. Dar a fost izgonită din paradis când, peste câteva zile, Ryan a sunat-o şi i-a spus că Blair ştia totul, chiar şi numele lui Heather, din iPad-ul lui, pe care îl lăsase pe noptieră.

Blair nu mai era interesată de lungul drum către divorţ. Plecase cu copiii şi îl lăsase pe Ryan să le explice situaţia părinţilor şi prietenilor. Dintr-un singur gest, ceea ce era o relaţie la început de drum s-a transformat într-un proces de destrămare sistemică. Toată lumea era implicată şi soarta tuturor s-a schimbat.

Pentru Blair, timpul era irelevant. „Ne-am îndepărtat unul de altul" a devenit „M-a înşelat". Pentru Ryan, „încerc să fac ceea ce trebuie şi să nu aduc suferinţă nimănui" s-a transformat în „Cum explic asta copiilor şi părinţilor mei?", iar Heather a devenit agentul loviturii fatale. Trădată de Fred, ultimul lucru pe care şi-l imaginase vreodată era că va deveni „cealaltă femeie". A avut întotdeauna păreri categorice despre cei care îşi înşală partenerii şi păreri şi mai categorice despre amanţii/amantele acestora. Nu era o hoaţă de bărbaţi. Se simţise întotdeauna o membră mânii ră a frăţiei femeilor, care se sprijină una pe alta. Acum se .dla exact în poziţia celor pe care le dispreţuia. Imaginea lui Blair citind corespondenţa lor idilică, mesaj cu mesaj, ii îngheţa sângele în vene.

Nu era pentru prima dată când auzeam o astfel de poveste despre inversarea rolurilor şi despre judecata transformată în justificare. La fel ca în majoritatea cazurilor din viaţă, când este vorba despre infidelitate, oamenii fac ceea ce psihologii numesc o „eroare fundamentală de atribuire". Dacă înşeli, motivul ar fi că eşti o fiinţă egoistă, slabă, în care nu poţi avea încredere. Dar dacă eu înşel, motivul este situaţia în care m-am aflat. Când vine vorba de noi înşine, ne concentrăm pe circumstanţele atenuante; pentru ceilalţi, dăm vina pe caracter.

Modurile în care definim infidelitatea sunt imposibil de despărţit de poveştile pe care ni le spunem şi evoluează cu timpul. Iubirea care abia se naşte ascultă cu mare atenţie şi are capacitatea de a rotunji colţurile, de a depăşi obstacolele. Când Ryan i-a spus lui Heather că nu mai dormea în acelaşi pat cu soţia sa, aceasta l-a văzut ca fiind mai degrabă divorţat decât însurat, iar pe sine s-a văzut ca fiind nevinovată. Iubirea batjocorită ascultă fără milă şi găseşte intenţii vinovate în orice mişcare. Blair este convinsă că Ryan nu s-a gândit niciodată să o menajeze şi că, probabil, o înşelase pur şi simplu.

Iubirea ca în filme a lui Heather a primit o lovitură crâncenă. La un moment dat, se imaginase însărcinată cu pruncul lui Ryan, ţinându-şi de mână copiii vitregi cei minunaţi şi mergând să îşi viziteze socrii. în situaţia actuală, va trebui să se vadă cu toţi aceştia din postura umilitoare de amantă. Pentru copii, va fi întotdeauna femeia cu care tatăl lor a înşelat-o pe cea care le-a dat viaţă. în ciuda intenţiilor ei sincere, Heather apare ca o depravată.

„Poate că e un drum lung, dar sunt gata de confruntare", mi-a spus. Cu timpul, perseverenţa lui Heather a dat roade. Astăzi, ea şi Ryan sunt căsătoriţi şi vor deveni părinţi vara viitoare. Mă întreb: oare cum defineşte Heather infidelitatea acum?

CAPITOLUL 3

Adulterul nu mai este ce era pe vremuri

Iubirea este ceva ideal, căsnicia, ceva real; confuzia dintre real şi imaginar nu rămâne niciodată nepedepsită.

Johann Wolfgang von Goethe

CÂND MARIA A DESCOPERIT un bileţel de amor în buzunarul uniformei soţului ei, Kenneth, l-a aruncat şi nu a adus vorba despre el. Se întâmpla în 1964. „Ce să fac? Unde să mă duc? Cine o să ia o femeie cu patru copii?" După ce i-a povestit mamei ei, aceasta i-a susţinut raţionamentul. „Copiii tăi sunt mici. Căsnicia este lungă. Nu lăsa mândria să te facă să pierzi totul." în plus, amândouă s-au gândit că aşa procedează mai toţi bărbaţii.

Iată-ne ajunşi în 1984. Era rândul fiicei mai mari a Măriei, Silvia, să se confrunte cu duplicitatea în căsnicie. Indiciul: mai multe plăţi făcute la Interflora cu cârdul American Express al lui Clark —flori care, în mod evident, nu îi fuseseră livrate ei. I-a povestit mamei sale, iar Maria a fost înţelegătoare, dar şi bucuroasă că fiica ei nu era condamnată să aibă soarta pe care o avusese ea: „Bărbaţii nu se schimbă. Tu nu ai copii şi ai o slujbă. Deci, fă-ţi bagajul şi pleacă."

Peste doi ani, Silvia s-a îndrăgostit din nou, s-a recăsătorit şi, în cele din urmă — la momentul potrivit —, i-a născut pe gemenii Michelle şi Zac. Libertăţile de care se bucura — o carieră de succes, posibilitatea de a alege dacă şi când să aibă copii, divorţul fără stigmatizare, a doua căsătorie — ar fi fost de neconceput pentru generaţia mamei ei şi sunt încă de neconceput pentru multe femei de azi, din întreaga lume. Dar într-o mare parte din emisfera vestică, în ultima jumătate de secol, instituţia căsătoriei a trecut printr-o modificare radicală. Şi continuă să se transforme sub ochii noştri. Când fiul Silviei, Zac, a devenit major, acesta a putut alege să formeze un cuplu cu iubitul lui. Şi când, la rândul său, a descoperit un adevăr nefericit despre bărbatul respectiv, revelaţia a avut loc sub forma unui profil secret pe site-ul gay Grindr.

Oamenii întreabă adeseori de ce se face atâta caz de infidelitate în zilele noastre. De ce doare atât de mult? Cum a devenit unul dintre principalele motive de divorţ? Putem avea o discuţie informată cu privire la infidelitatea modernă numai dacă ne uităm rapid în urmă, la schimbările din sfera iubirii, sexului şi căsniciei. Istoria şi cultura au definit întotdeauna decorul pentru dramele noastre domestice. La nivel particular, creşterea individualismului, apariţia culturii de consum şi năzuinţa sporită de a fi fericit au transformat căsătoria şi umbra ei adulteră. Relaţiile extraconjugale nu mai sunt ce-au fost, pentru că nici căsătoria nu mai este ce-a fost.

Cum am fost odată

Timp de mii de ani, căsătoria a însemnat mai puţin o uniune între doi indivizi, şi mai mult un parteneriat strategic între două familii, care garanta supravieţuirea economică şi coeziunea socială. Un aranjament pragmatic, în care copiii nu erau copleşiţi cu dulcegării, iar soţii şi

soţiile visau la compatibilitate productivă. îşi îndeplineau responsabilităţile conjugale şi primeau în schimb mult doritul sentiment al siguranţei şi al apartenenţei. Putea exista şi iubire, dar în mod sigur nu era esenţială. Oricum, era o emoţie socotită prea superficială pentru a sprijini o instituţie atât de solidă. Pasiunea a pârjolit întotdeauna inima oamenilor, dar s-a aprins independent de lacătele căsniciei. în cartea Marriage, A History, Stephanie Coontz susţine o ipoteză foarte interesantă. Când căsnicia era în primul rând o alianţă economică, adulterul devenea spaţiul pentru iubire: „Majoritatea societăţilor au cunoscut iubirea romantică, această combinaţie de pasiune sexuală, dragoste nebună şi idealizare a partenerului. Dar, foarte frecvent, asemenea lucruri erau considerate ca fiind nepotrivite atunci când venea vorba de căsătorie... Deoarece căsătoria era un eveniment politic, economic şi «mercenar»... Adevărata iubire putea exista doar în afara ei.“[12]

Căsătoria tradiţională avea o misiune clară, bazată pe roluri bine definite ale fiecărui sex şi pe diviziunea muncii. Atât timp cât fiecare dintre parteneri făcea ceea ce avea de făcut, lucrurile mergeau perfect. „Munceşte mult. Nu bea. Are grijă să nu ne lipsească nimic.“ „Găteşte bine. Mi-a făcut mulţi copii. Ţine casa curată." Era un sistem în care inegalitatea dintre sexe era stabilită prin lege şi înscrisă în ADN-ul cultural. Când femeile se căsătoreau, renunţau la drepturile şi proprietăţile individuale şi deveneau ele însele, la modul literal, o proprietate.

Merită să amintim faptul că, până de curând, fidelitatea şi monogamia maritală nu aveau nimic de-a face cu iubirea. Acestea reprezentau temelia patriarhatului, impus femeilor pentru a garanta patrimoniul şi descendenţa: care sunt copiii mei şi cine primeşte vacile (sau caprele, sau cămilele) după ce vor muri. Sarcina confirma maternitatea, dar, fără teste de paternitate, un tată putea fi chinuit toată viaţa de ideea că unicul său fiu şi moştenitor e blond, deşi nimeni din familia lui nu avea această culoare a părului. Virginitatea miresei şi monogamia soţiei erau extrem de importante pentru protejarea mândriei şi a arborelui genealogic.

Pentru femei, ideea de a se aventura în afara patului conjugal presupunea un risc imens. Puteau rămâne însărcinate, puteau fi umilite public sau chiar omorâte. în acelaşi timp, se ştie prea bine că, în majoritatea culturilor, bărbaţii se bucurau de libertatea de a umbla după alte femei fără să păţească mai nimic, acţiunile lor fiind sprijinite de o mulţime de teorii despre masculinitate, care le justificau dorinţa de varietate. Dublul standard şi adulterul sunt la fel de vechi.

„Te iubesc. Hai să ne căsătorim." în cea mai mare parte a istoriei, aceste două propoziţii nu se rosteau niciodată împreună. Romantismul a fost cel care a schimbat totul. La sfârşitul secolului al XVIII-leâ şi începutul secolului al XIX-lea, în valul de schimbări sociale aduse de revoluţia industrială, căsătoria a fost redefinită. Puţin câte puţin, ea a evoluat de la o întreprindere economică la una bazată pe sentimente: un angajament făcut prin alegere liberă între două persoane, care avea la bază nu datoria şi obligaţia, ci iubirea, afecţiunea. Odată cu mutarea de la sat la oraş, am devenit mai liberi, dar şi mai singuri. Individualismul începuse să cucerească, fără remuşcări, civilizaţia occidentală. Alegerea partenerului a devenit influenţată de aspiraţiile romantice, al căror scop era lupta împotriva Izolării crescânde din viaţa modernă.

Totuşi, în ciuda acestor schimbări, câteva realităţi sociale au rămas intacte până la mijlocul secolului al XX-lea. (Căsătoria era încă menită să dureze toată viaţa; femeile depindeau

economic şi legal de soţii lor; religia definea moralitatea şi dicta codul de conduită; divorţul apărea rar şi reprezenta un motiv de mare ruşine şi ostracizare. Şi, mai presus de toate, fidelitatea rămânea un sine qua non, cel puţin pentru femei.

l iind o femeie a anilor 1950, Maria îşi cunoştea foarte bine opţiunile limitate. Crescuse într-o lume în care putea alege între patru tipuri de cereale pentru micul dejun, trei canale TV şi doi bărbaţi pe care îi cunoştea personal şi care puteau fi potriviţi pentru căsătorie. Faptul că avea un cuvânt de spus în alegerea partenerului era un element de progres — chiar şi azi, mai mult de 50 la sută dintre căsătoriile de pe mapamond sunt aranjate.[13]

îşi iubea soţul, pe Kenneth, dar sexul era legat în primul rând legat de procreare. „După ce făcusem patru copii în şase ani, sincer, eram terminată", a povestit ea. Când, ocazional, îşi îndeplinea îndatorirea de soţie, plăcerea nu juca niciun rol. Iar Kenneth, pe care îl descria ca fiind „un bărbat decent şi generos", nu fusese niciodată iniţiat în misterele anatomiei feminine şi nu îi spusese nimeni că ar trebui să studieze asta. însă nici relaţiile lor sexuale terne şi nici aventurile lui compensatorii nu erau motive de divorţ.

în timp ce bărbaţii din generaţia lui Kenneth aveau permisiunea tacită de a-şi îndulci nemulţumirile maritale cu delicatese extraconjugale, femeile de tipul Măriei trebuiau să-şi găsească plăcerea în cadrul căminului. Pentru Maria şi Kenneth, la fel şi pentru contemporanii lor, căsătoria era un pact pe viaţă, cu puţine portiţe de scăpare. Intrau în ea „la bine şi la rău, până când moartea ne va despărţi'[1]. Ca o consolare pentru cei nefericiţi, moartea venea mai repede decât în zilele noastre.

Monogamia serială

Silvia nu şi-a aşteptat sfârşitul ca să se despartă de soţ — prima ei căsnicie s-a încheiat odată cu moartea iubirii dintre cei doi. Făcea parte din generaţia Baby Boom, crescuse în San Francisco şi se maturizase într-o perioadă culturală de cotitură, când relaţiile de cuplu se modificaseră radical. Feminismul, contracepţia şi dreptul la avort le întăriseră pe femei şi le făcuseră să preia controlul asupra propriilor iubiri şi vieţi. Graţie legii divorţului de comun acord, votată în California în 1969, şi mai apoi în multe alte state, plecarea dintr-o relaţie nefericită făcea de-acum parte din paleta de alegeri ale unei femei. Şi dacă femeile puteau pleca, atunci aveau nevoie de un motiv mai bun ca să rămână. Prin urmare, standardul calităţii căsniciei a fost ridicat semnificativ.

După divorţ, Silvia şi-a pus cariera pe primul loc, luptând să urce pe scara corporatistă din lumea bancară, încă dominată de bărbaţi. S-a întâlnit cu câţiva ţipi — „bancheri plicticoşi şi manageri de conturi, la fel ca primul meu soţ“ —, dar când l-a întâlnit pe Jason, lutier şi profesor de muzică, a simţit că era gata să îi mai dea o şansă lui Cupidon.

într-una dintre discuţiile noastre, am întrebat-o pe Silvia dacă era monogamă. S-a uitat la mine surprinsă. „Da,

Hlgur că da. Am fost monogamă cu toţi iubiţii mei şi cu cei doi soţi.“ Oare îşi dădea seama de schimbarea culturală pe cure o implicau cuvintele rostite cu atâta uşurinţă?

I’c vremuri, monogamia însemna „o persoană pentru toată viaţa". In ziua de azi, monogamia înseamnă o persoană acum, apoi altă persoană, apoi alta.

I)e la al doilea soţ, Silvia a solicitat egalitate atât în bucătărie, cât şi în dormitor. Jason o impresionase prin cât de bine mătura podeaua şi cât de bine îi anticipa nevoile. în loc de roluri unice, bazate pe sex, generaţia Silviei îşi concepea relaţiile din perspectiva diviziunii flexibile a mun-i ii, a împlinirii personale, a atracţiei sexuale reciproce şi a intimităţii.

Mai întâi am adus iubirea în căsnicie. Apoi am adus sexul in iubire. Apoi am legat fericirea conjugală de satisfacţia sexuală. Sexul pentru procreare a făcut loc celui pentru recreere. în timp ce sexul înainte de căsătorie a devenit normă, sexul conjugal a trecut printr-o mică revoluţie, devenind, din datorie conjugală a femeii, o cale comună către plăcere şi relaţionare.

Iubirea modernă

Azi, suntem implicaţi într-un experiment extraordinar. Pentru prima dată de când există omenirea, vrem să facem sex cu partenerii noştri nu doar pentru că ne dorim şase copii care să lucreze la fermă (şi trebuie să facem opt, pentru că doi dintre ei s-ar putea să nu supravieţuiască) şi nici pentru că este o îndatorire pe care trebuie să o îndeplinim. Nu, acum vrem sex doar pentru că vrem sex. Vrem sex care să îşi aibă rădăcinile în dorinţă, care să fie o exprimare puternică a libertăţii noastre de alegere şi, cu adevărat, o exprimare a sinelui. Azi facem sex pentru că avem chef, pentru că aşa ne vine. Sperăm că avem chef să facem sex cu partenerul de viaţă; de preferat, că vrem să facem asta în acelaşi timp; şi, la modul ideal, că o vom face cu aceeaşi pasiune zeci de ani de acum înainte.

în cartea sa The Transformation of Intimacy, Anthony Giddens a explicat faptul că, atunci când a fost decuplat de reproducere, sexul nu a mai fost doar o chestiune ţinând de biologic, ci a devenit şi un marker al identităţii. Sexualitatea noastră a fost scoasă din lumea naturală şi a ajuns să fie o „proprietate a sinelui", pe care o definim şi redefinim de-a lungul vieţii.[14] Este o expresie a cine suntem, nemaifiind vorba doar despre ceea ce facem. în colţul nostru de lume, sexul este un drept al omului legat de individualitatea noastră, de libertatea personală şi de modul în care ne schimbăm. Suntem de părere că extazul sexual este datoria noastră—şi a devenit un stâlp al noii noastre concepţii despre intimitate.

Faptul că intimitatea ocupă un loc central în căsnicia modernă este indiscutabil. Apropierea emoţională s-a transformat: dintr-un produs secundar al unei relaţii pe termen lung a devenit o condiţie obligatorie. în lumea tradiţională, intimitatea se referea la „a fi împreună", la camaraderia născută din împărtăşirea vicisitudinilor vieţii de zi cu zi — lucratul pământului, creşterea copiilor, înfruntarea laolaltă a pierderilor, a bolilor, a greutăţilor. Atât bărbaţii, cât şi femeile erau mai predispuşi să caute prietenia şi un umăr pe care să plângă în relaţii cu persoane de acelaşi sex. Bărbaţii comunicau la muncă şi la o bere, femeile se apropiau prin maternitate şi împrumutându-şi faină.

Lumea modernă se mişcă încontinuu şi din ce în ce mai repede. Familiile sunt adeseori risipite, fraţii se află pe continente diferite. Ne mutăm pentru un nou loc de muncă mai rapid decât am

muta o plantă dintr-un ghiveci intr-altul. Avem sute de „prieteni" virtuali, dar nu avem pe cine să rugăm să ne hrănească pisica. Suntem mult mai liberi decât erau bunicii noştri, dar şi mult mai rupţi unii de alţii. Căutăm cu disperare un port liniştit, dar unde anume să fie acesta? Intimitatea conjugală a devenit antidotul suprem pentru vieţile marcate de atomizarea crescândă.

Intimitatea înseamnă „uită-te în mine", după cum îi place să spună colegei mele Tammy Nelson. „O să îţi vorbesc ţie, dragul meu/draga mea, şi o să împărtăşesc cu tine cele mai de preţ averi ale mele, care nu mai sunt zestrea şi rodul pântecelui meu, ci speranţele, aspiraţiile, fricile, dorinţele, sentimentele mele — cu alte cuvinte, viaţa mea interioară. Iar tu te vei uita în ochii mei. Nu îţi vei verifica telefonul în timp ce eu îmi dezgolesc sufletul. Am nevoie să îţi simt empatia şi validarea. Ceea ce sunt eu depinde de asta."

Un inel mai puternic decât toate celelalte

Aşteptările noastre privind căsătoria nu au fost niciodată mai mari decât în zilele noastre. Vrem în continuare tot ce trebuia să ofere familia tradiţională — siguranţă, copii, proprietate, respectabilitate—,dar acum vrem şi ca partenerul să ne iubească, să ne dorească, să fie interesat de noi. Trebuie să fim cei mai buni prieteni, confidenţi de încredere şi amanţi pasionali. Imaginaţia umană a făurit un nou Olimp: iubirea va rămâne necondiţionată, intimitatea captivantă şi sexul „oh, extraordinar", toate pe termen lung, cu o singură persoană. Iar termenul lung creşte tot mai mult.

în cercul strâmt al verighetei sunt înghesuite idealuri profund contradictorii. Vrem ca alesul nostru/aleasa noastră să ne asigure stabilitate, siguranţă, previzibilitate şi să fie de încredere — toate, experienţe-ancoră. Şi vrem ca aceeaşi persoană să ne uimească, să ne ofere mister, aventură şi risc. Dă-mi confort şi dă-mi tot ce-i mai bun. Dă-mi lucruri pe care le ştiu şi dă-mi noutate. Dă-mi continuitate şi dă-mi surprize. îndrăgostiţii din ziua de azi caută să aducă sub acelaşi acoperiş dorinţe care s-au aflat dintotdeauna în zone diferite.

în societatea noastră laică, iubirea romantică a devenit, după cum scria analistul jungian Robert Johnson, „cel mai mare şi singurul sistem energetic din sufletul occidental. în cultura noastră, ea a depăşit religia şi s-a transformat în arena în care bărbaţi şi femei caută sens, transcendenţă, întregire şi extaz. în căutarea „sufletului-pereche“, am amestecat spiritualul şi relaţionalul, de parcă ar fi unul şi acelaşi lucru. Perfecţiunea pe care tânjim să o trăim în iubirea pământeană era căutată odinioară doar în sanctuarul divinului. Când îi conferim partenerului nostru atributele unei zeităţi şi ne aşteptăm să ne ridice de la teluric la sublim, creăm, după cum spunea Johnson, „un amestec impur a două iubiri sfinte , care nu poate ajuta, ci poate numai dezamăgi.

Nu doar că avem nenumărate dorinţe, dar, mai mult decât atât, vrem să fim fericiţi. Pe vremuri, fericirea era rezervată vieţii de apoi. Am adus Raiul pe Pământ, la îndemâna tuturor, şi acum fericirea nu mai este doar o aspiraţie, ci o obligaţie. Aşteptăm de la o persoană să ne ofere ceea ce, cândva, era oferit de un sat întreg, plus că trăim de două ori mai mult. E o sarcină foarte grea pentru o echipă formată din numai doi oameni.

l.n multe ceremonii de căsătorie, visători cu ochi plini de dtele recită liste de jurăminte şi promit

să fie totul unul pentru celălalt, de la suflet-pereche la iubit, profesor, terapeut. „Promit să îţi fiu cel mai mare admirator şi cel mai dur adversar, să îţi fiu complice şi consolare când vei fi dezamăgită", spune mirele, cu vocea tremurândă.

Printre lacrimi, mireasa răspunde: „Promit fidelitate, respect şi îşi făgăduiesc să fiu din ce în ce mai bună. Nu doar că îţi voi sărbători succesele, dar te voi iubi şi mai mult pen-Iru eşecurile tale." Zâmbind, adaugă: „Şi te asigur că nu

0 să port niciodată tocuri, ca să nu te simţi cam scund." Declaraţiile lor sunt mantre sincere ale iubirii declarate.

1)ar ce păcăleală! Cu cât promit mai multe, cu atât mă întreb dacă vor trece de luna de miere cu lista intactă. (Evident, în momentele lor mai puţin romantice, tinerii căsătoriţi de azi conştientizează fragilitatea căsătoriei, astfel că jurămintele poetice sunt precedate de contracte prenupţiale prozaice.)

Am introdus în concepţia despre căsătorie tot ce, pe vremuri, căutam în afara ei — privirile pline de adoraţie ale iubirii romantice, abandonul reciproc al sexului sălbatic, echilibrul perfect dintre libertate şi angajament. De ce am mai călca strâmb intr-un parteneriat atât de minunat?! Evoluţia relaţiilor bazate pe implicare ne-a adus intr-un punct unde credem că nu ar mai trebui să apară infidelitatea, deoarece toate motivele care o justificau au fost eliminate.

Şi totuşi, infidelitatea apare. Oricât de mult detestăm să recunoaştem asta, căci suntem romantici incorigibili, căsniciile bazate pe atracţie şi iubire sunt adeseori mai fragile decât cele bazate pe elemente materiale. (Ceea ce nu înseamnă că mariajele de pe vremuri, stabile, erau mai fericite.) Ele ne fac mai vulnerabili la toanele sufletului uman şi la umbra trădării.

Bărbaţii şi femeile cu care lucrez investesc mai mult ca niciodată în iubire şi fericire, dar, printr-un joc crud al sorţii, exact sentimentul de proprietate ce ia naştere din această investiţie se află în spatele creşterii exponenţiale a infidelităţilor şi a divorţurilor. Pe vremuri, călcam strâmb pentru că mariajul nu trebuia să ofere iubire şi pasiune. Astăzi, călcăm strâmb pentru că mariajul nu oferă iubirea, pasiunea şi atenţia totală pe care le-a promis.

în fiecare zi, în biroul meu întâlnesc „consumatori" ai noii ideologii a căsătoriei. Au cumpărat produsul, l-au adus acasă şi au descoperit că lipseau câteva piese. Aşa că vin la atelier să îl repare, astfel încât să semene cu imaginea de pe cutie. Iau de-a gata aspiraţiile lor relaţionale — atât ce doresc, cât şi ceea ce merită să aibă — şi sunt supăraţi când idealul romantic nu se potriveşte cu realitatea lipsită de romantism. Nu e de mirare că această viziune utopică strânge din ce în ce mai mulţi dezamăgiţi în tabăra ei.

Consumerismul romantic

„Nevoile mele nu sunt satisfăcute", „Pentru mine, căsnicia aceasta nu mai funcţionează", „Nu ăsta era contractul pe care l-am semnat" sunt plângeri pe care le aud regulat în timpul şedinţelor mele. După cum observa psihologul şi autorul Bill Doherty, astfel de afirmaţii aplică

valorile consumerismului — „câştig personal, costuri mici, drepturi, pariuri speculative" — în relaţiile noastre romantice: „Credem în continuare în implicare, dar voci puternice din interior şi din exterior ne spun că suntem nişte proşti dacă ne mulţumim cu mai puţin decât credem că avem nevoie şi că merităm în căsnicia noastră."[16]

In societatea noastră de consum, cheia este noutatea. Durata de viaţă a obiectelor este programată, astfel încât să ne provoace dorinţa de a le înlocui, iar cuplul nu face excepţie de la aceste tendinţe. Trăim într-o cultură care ne ademeneşte încontinuu cu promisiunea a ceva mai bun, mai nou, mai plin de viaţă. Prin urmare, nu divorţăm pen-Iru că suntem nefericiţi: divorţăm pentru că ne gândim că am putea fi mai fericiţi decât în prezent.

Am ajuns să vedem recompensa imediată şi varietatea infinită ca pe nişte drepturi. Generaţiile anterioare erau învăţate că viaţa implică sacrificii. Afirmaţia „nu poţi să ai mereu ceea ce vrei“ avea sens acum 50 de ani, dar care tânăr sub 35 de ani înţelege acest mesaj? Respingem frustrarea cu toate puterile. Nu e de mirare, aşadar, că toate rigorile monogamiei pot provoca panică. într-o lume a opţiunilor infinite, ne luptăm cu ceea ce prietenii mei cu vârste între 18 şi 35 de ani numesc TDR — teama de ratare. TDR este motorul a ceea ce se numeşte „banda de alergare a hedonismului" — căutarea neobosită a ceva mai bun. în minutul în care obţinem ce vrem, aşteptările şi dorinţele noastre tind să crească şi sfârşim prin a nu ne mai simţi prea fericiţi. Cultura trecerii de la una la alta ne ademeneşte cu posibilităţi nelimitate, dar exercită şi o tiranie subtilă. Faptul că suntem tot timpul conştienţi de existenţa altor opţiuni ne împinge la comparaţii defavorabile, slăbeşte angajamentele şi ne împiedică să ne bucurăm de momentul prezent.

Oglindă a schimbărilor generale din societatea occidentală, relaţiile au părăsit economia de producţie şi au intrat în economia de experienţă. După cum scria filozoful Alain de Botton, căsătoria a trecut „de la a fi o instituţie la a fi afirmarea unui sentiment, de la a fi un ritual de trecere sancţionat extern la a fi o reacţie motivată intern a unei stări emoţionale".[17] Pentru mulţi oameni, a iubi nu mai este un verb, ci un substantiv care descrie o stare constantă de entuziasm, pasiune şi dorinţă. Calitatea relaţiei devine un sinonim al calităţii experienţei. La ce bun o gospodărie stabilă, un venit mulţumitor şi copii bine-crescuţi, dacă suntem plictisiţi? Vrem ca relaţiile noastre să ne inspire, să ne transforme. Valoarea lor şi, prin urmare, longevitatea lor se măsoară prin raportarea la modul în care continuă să ne satisfacă setea de experienţe.

Toate aceste noi prerogative sunt motorul infidelităţii contemporane. Nu dorinţele noastre sunt diferite azi, ci faptul că simţim că merităm — că suntem obligaţi — să ni le satisfacem. Datoria noastră primară este faţă de noi înşine, chiar dacă preţul îl reprezintă cei pe care îi iubim. „Aşteptările noastre ridicate în ceea ce priveşte fericirea personală ne pot face mai predispuşi la adulter. La urma urmei, nu avem dreptul la o aventură, dacă de asta e nevoie pentru a ne simţi mulţumiţi?"[18], şi-a pus întrebarea Pamela Druckerman. Când elementele centrale sunt şinele şi sentimentele acestuia, la povestea străveche a dorinţelor adulterine se adaugă o nouă justificare.

Următoarea generaţie

Toate acestea ne aduc la gemenii Silviei, Zac şi Michelle. Se apropie de 30 de ani, deci sunt

„copiii mileniului". Peisajul cultural pe care îl moştenesc este creionat de valorile definite de părinţii lor — individualism, împlinire de sine, egalitarism—,1a care au adăugat o atitudine nouă: accentul pe autenticitate şi transparenţă. Tehnologia se ullă în centrul tuturor activităţilor lor, inclusiv în ceea ce pl iveşte varietatea sexuală. Căutările lor în acest domeniu se desfăşoară pe aplicaţii de tipul Tinder, Grindr, Hinge, Snapchat şi Instagram,

Nici Zac şi nici Michelle nu s-au căsătorit — asemenea tuturor prietenilor lor, şi-au petrecut anii primei tinereii la studii, călătorind, lucrând şi jucându-se. Au cres-i ut pe un teren sexual larg deschis, nemaiîntâlnit de niciuna dintre generaţiile anterioare — un teren cu mai multe oportunităţi, dar şi cu mai multă ambiguitate; cu mai puţine limite şi încă şi mai puţine reguli. Ca membru al unei minorităţi sexuale, Zac nu a ştiut niciodată cum era să te strecori într-un club gay secret, unde toţi bărbaţii erau căsătoriţi cu femei. Nu a trebuit să îşi recunoască homosexualitatea public, pentru că, într-un fel, nu şi -a ascuns-o niciodată. Ştie despre criza SIDA, din filme, dar are în buzunar o pastilă cu efect profilactic, care îi protejează sănătatea. Când egalitatea în căsătorie a ajuns pe agenda evoluţiei acestei instituţii, a pus un genunchi în pământ şi l-a cerut în căsătorie pe iubitul lui, Theo, în faţa tuturor colegilor de la firma de avocatură unde lucrau. Speră ca, într-o zi, să aibă o familie adevărată.

Michelle, deţinătoare a unei mici firme al cărei domeniu de activitate este realitatea virtuală, nu stă acasă aşteptând să sune telefonul. Dacă vrea să fie cu cineva, e de ajuns să apese pe două taste ale celularului. Visează să se căsătorească la un moment dat, dar nu se grăbeşte. Şi-a congelat ovulele, deci nu trebuie să îşi facă griji cu privire la ceasul biologic, plus că a economisit destui bani ca să fie independentă toată viaţa. „Chiar dacă l-aş întâlni mâine pe tipul potrivit, nu aş vrea să am copii în următorii cinci ani, mi-a explicat ea. Mi-ar plăcea să trăiesc cu cineva şi să ne bucurăm de viaţa de cuplu înainte de a deveni părinţi." Unii numesc această perioadă de coabitare „testarea beta“ a relaţiei. „Şi chiar dacă nu întâlnesc pe cineva, nu am nevoie de un bărbat ca să devin mamă", a adăugat Michelle. Sexul, căsătoria şi faptul de a deveni părinte formau, pe vremuri, un pachet. Azi, nu mai e cazul. Generaţia Baby Boom a despărţit sexul de căsătorie şi de reproducere; copiii lor despart reproducerea de sex.

Părerile lui Michelle sunt împărtăşite de mulţi din generaţia ei. „Din perspectivă culturală, tinerii au ajuns, din ce în ce mai des, să vadă căsătoria ca pe o cheie de boltă, şi nu ca pe o piatră de temelie; altfel spus, ca pe un lucru pe care îl fac după ce şi-au atins toate celelalte obiective, nu ca pe o fundaţie pentru a se lansa în viaţa de adulţi şi de părinţi", sunt de părere cercetătorii care au iniţiat proiectul Knot Yet.[19]

Michelle va merge la altar doar atunci când se va simţi matură din punct de vedere emoţional, împlinită profesional, în siguranţă din punct de vedere financiar şi pregătită să renunţe la distracţiile vieţii de celibatară. în acel moment, va căuta un partener care să o completeze şi care va şti să îi recunoască identitatea atent făurită. La polul opus, pentru bunica ei, Maria, căsătoria era o experienţă formativă, reprezentând piatra de temelie pe care ea şi soţul ei îşi construiau împreună identităţile, devenind adulţi.

Oare amânarea planificată de Michelle o va proteja de trădarea îndurată de Maria? Sau o va face mai vulnerabilă? Hugo Schwyzer comenta, într-un articol din revista The Atlantic, că paradigma

„pietrei de temelie" include existenţa greutăţilor, în timp ce „cheia de bolta ‘ nu. Se presupune că aceia care se căsătoresc de tineri „se vor lovi de greutăţi", Iar asta îi va face mai puternici. Prin urmare, modelul pie-Irei de temelie „nu scuză infidelitatea, dar recunoaşte faptul că este aproape inevitabilă". Prin contrast, observa el, „modelul cheii de boltă este considerabil mai puţin tolerant cu trădarea sexuală, deoarece porneşte de la premisa că aceia care ajung, în cele din urmă, să se căsătorească ar trebui să fie destul de maturi încât să se echilibreze singuri şi să fie oneşti... Totuşi, realitatea arată că persoanele care aleg modelul cheii de boltă sunt mai mult decât naive dacă îşi imaginează că o experienţă premaritală bogată va servi ca vaccin împotriva infidelităţii."[20]

Distrugerea marii ambiţii a iubirii

Maria, care are acum aproape optzeci de ani şi este văduvă, va participa luna viitoare la căsătoria nepotului ei — şi poate că mintea îi va zbura către propria nuntă. Instituţia în care intră Zac şi Theo seamănă foarte puţin cu cea în care au intrat, solemn, ea şi Kenneth, acum mai bine de o jumătate de secol.

Pentru a ţine pasul cu viaţa modernă, instituţia căsătoriei s-a schimbat radical, oferind şi mai multă egalitate, libertate şi flexibilitate. Totuşi, există un subiect asupra căruia rămâne aproape de neclintit: infidelitatea.

Cu cât societatea a devenit mai activă sexual, cu atât atitudinea noastră faţă de adulter a ajuns să fie mai inflexibilă. De fapt, exclusivitatea sexuală din cadrul căsniciei a căpătat conotaţii noi, exact pentru că putem face cât sex vrem înainte de căsătorie. în ziua de azi, cei mai mulţi dintre noi ajungem la altar după ani întregi de nomadism sexual. Când vine clipa să tăiem nodul, am avut parte deja de sex şi de întâlniri romantice, am locuit cu diverşi parteneri şi ne-am despărţit de ei. Mai demult, ne căsătoream şi atunci făceam sex pentru prima oară. Pe când acum ne căsătorim şi încetăm să mai facem sex cu alţii.

Alegerea conştientă cu privire la limitarea propriei libertăţi sexuale este o dovadă a seriozităţii angajamentului nostru. (Desigur, în evoluţia continuă a acestei instituţii extrem de elastice, există şi persoane care îşi aduc parteneri multipli în cadrul căsniciei.) Fidelitatea este acum electivă, o expresie a primatului şi a loialităţii. întorcând spatele către celelalte iubiri, confirmăm unicitatea „celuilalt". „L-am găsit pe El/am găsit-o pe Ea. Pot să mă opresc din căutat." Se presupune că, printr-un miracol, dorinţa noastră îndreptată spre alţii ar trebui să se evapore, învinsă de puterea acestei atracţii singulare. într-o lume în care este extrem de uşor să te simţi lipsit de importanţă —concediat, de unică folosinţă, şters cu un click, scos din lista de prieteni —,să fii ales a căpătat o importanţă mai mare decât oricând. Monogamia este „vaca sfântă" a idealului romantic, pentru că ne confirmă faptul că suntem speciali. Infidelitatea spune: „La urma urmei, nu eşti chiar atât de special", distrugând astfel marea ambiţie a iubirii.

în excelenta ei carte After the Affair, Janis Abrahms Spring a pus foarte clar în cuvinte această tulburare existenţială: „Distrusă... Având convingerea că tu şi partenerul eraţi zămisliţi unul pentru celălalt, că nimeni nu îl putea face mai fericit decât tine, că împreună formaţi o uniune fundamentală şi ireductibilă, care nu putea fi împărtăşită sau nimicită... Adulterul marchează

dispariţia a două iluzii

Inocente: 1. căsnicia voastră este excepţională, 2. tu eşti Unic şi nepreţuit."[21]

(:ăml căsătoria era un aranjament economic, infidelitatea ne ameninţa siguranţa financiară; azi, căsătoria este un aranjament romantic, iar infidelitatea ne ameninţă siguranţa emoţională.

Societatea aceasta individualistă produce un paradox: pe măsură ce nevoia de fidelitate creşte, sporeşte şi atracţia către infidelitate. Pentru că acum depindem emoţional atât de mult de partenerii noştri, relaţiile extraconjugale au căpătat o încărcătură distructivă nemaiîntâlnită. Dar cultura noastră ne obligă la împlinire individuală şi ne ademeneşte cu promisiunea că vom fi mai fericiţi — şi, prin urmare, nu am fost niciodată mai tentaţi să călcăm strâmb. Poate că acesta este motivul pentru care condamnăm infidelitatea mai mult decât altădată: fiindcă o practicăm mai mult decât oricând.

Partea a doua

SOCUL

CAPITOLUL 4

Moartea dintr-o mie de motive

De ce produc relaţiile extraconjugale atât de multă suferinţă?

Credeam că ştiu cine sunt, cine era el, şi, brusc, nu ne mai recunosc, nici pe el, nici pe mine... Toată viaţa mea, aşa cum am trăit-o până acum, s-a sfărâmat, ca în cutremurele acelea în care pământul se înghite singur şi îţi dispare de sub picioare în timp ce încerci să scapi. Nu mai există cale de întoarcere.

Simone de Beauvoir, Femeia sfâşiata

„ERA CA ŞI CUM TOATĂ VIAŢA MEA fusese ştearsă. Pur şi simplu. Eram atât de răvăşită, încât am sunat la birou, am spus că sunt bolnavă şi mi-am luat liber toată săptămâna. De-abia puteam să stau în picioare. Am uitat să şi mănânc, ceea ce mie nu mi se întâmplă niciodată." Gillian mi-a mărturisit că nu mai simţise o astfel de durere în toţi cei cincizeci şi ceva de ani pe care îi avea. „Cum poate să doară atât de tare, doar nu a murit nimeni?"

Simone de Beauvoir, Femeia sfâşiată, traducere din franceză de Anca Milu-Vaidesegan, Editura Humanitas Fiction, Bucureşti, 2014. (N. red.)

Descoperirea unui adulter este îngrozitor de dureroasă. Dacă vrei într-adevăr să spinteci o relaţie, să îi scoţi inima, infidelitatea este calea cea mai sigură. Infidelitatea înseamnă trădare la foarte multe niveluri — înşelare, abandon, respingere, umilire —, trădare în toate aspectele de care iubirea promisese să ne protejeze. Când cel pe care te-ai bazat te-a minţit în faţă şi te-a tratat ca pe o persoană care nu merită respect, lumea în care credeai că trăieşti se întoarce cu susul în jos. Povestea vieţii tale este spartă în atât de multe bucăţi, încât nu o mai poţi lipi la loc. „Mai spune-mi o dată, de cât timp durează asta?“, întrebi.

Opt ani. în cazul lui Gillian, cifra are efectul dinamitei. „Asta înseamnă o treime din căsnicia noastră!", a rostit ea, şocată. Gillian şi Costa sunt împreună de douăzeci şi cinci de ani şi au doi băieţi mari. Ea este consilier juridic pentru un important editor din domeniul muzical şi a ajuns la apogeul carierei. Costa, născut şi crescut pe insula grecească Paros, conduce o firmă de securitate informatică, iar pentru moment şi se luptă cu furtunile crizei economice. Gillian tocmai a descoperit dovezi clare privind relaţia pe care Costa o întreţine de multă vreme cu Amanda, directoarea lui de marketing.

„Am avut bănuielile mele şi l-am întrebat de mai multe ori, dar el a negat foarte convingător. Şi l-am crezut", mi-a mărturisit Gillian.

Apoi a descoperit e-mailurile şi SMS-urile, contul de Skype, pozele, chitanţele de la cârdul de credit vechi de ani şi ani...

„M-am simţit copleşită de ruşine şi foarte, foarte proastă. Fusesem atât de naivă, atât de uşor de minţit, încât poate că, la un moment dat, el a crezut că ştiam, pentru că, hei, cine poate fi atât de neghiob? Eram şocată, furioasă ţl geloasă la culme. Când furia se risipeşte, rămâne doar durerea. întâi nu-ţi vine să crezi, după care realitatea te Nlriveşte. Nu ştiu cum să măsor asta."

Adulterul a provocat întotdeauna suferinţă. Dar, în cazul adepţilor iubirii moderne, se pare că doare mai mult ca oricând. în realitate, vârtejul de emoţii trăite când este descoperită o astfel de relaţie se dovedeşte atât de violent, încât mulţi psihologi contemporani împrumută termeni din domeniul traumei pentru a explica simp-tomele: gânduri obsesive, insomnii prelungite, lipsă de reacţii şi izolare, furii inexplicabile şi panică inconsolabilă. Tratarea infidelităţii a devenit o specializare în rândul profesioniştilor din domeniul sănătăţii mintale — printre care mă număr şi eu—.deoarece experienţa este atât de puternică, încât cuplurile nu pot gestiona singure şocul emoţional şi au nevoie de intervenţii externe dacă speră să scape tefere din asta.

în momentul imediat următor, sentimentele nu se aşază cuminţi la rând. Dimpotrivă, mulţi dintre pacienţii mei descriu succesiuni rapide de emoţii contradictorii. „Te iubesc! Te urăsc! Ia-mă în braţe! Nu mă atinge! Ia-ţi lucrurile şi pleacă! Nu mă părăsi! Porcule! încă mă mai iubeşti? Du-te dracului! Să mă ia naiba!" Trebuie să ne aşteptăm la un amestec de astfel de reacţii, care pot continua vreme îndelungată.

Adeseori, cuplurile vin la mine exact în toiul acestei perioade violente. „Trecem printr-o criză

conjugală majoră. Soţul meu suferă şi el teribil. E ros de vinovăţie şi se străduieşte să mă consoleze. încercăm să rămânem împreună, dacă putem", mi-a scris Gillian în primul e-mail pe care mi l-a trimis. Mesajul ei s-a încheiat cu o rugăminte: „Sper din tot sufletul că ne puteţi ajuta să folosim această experienţă îngrozitoare pentru a îndrepta lucrurile." Fireşte, intenţionez să fac tot ce pot pentru a-i ajuta să meargă mai departe. Dar, pentru început, trebuie să îi ajut să fie acolo unde sunt.

Reacţia de urgenţă

Descoperirea este un moment crucial în povestea unei relaţii extraconjugale şi a unei căsnicii. Şocul descoperirii stimulează creierul reptilian, producând o reacţie primară: luptă, fugi sau rămâi pe loc. Unii pur şi simplu rămân acolo, blocaţi; alţii nu ştiu cum să fugă mai repede — sperând să scape de cutremur şi să recapete, măcar parţial, controlul asupra propriei vieţi. Când a fost activat sistemul limbic, supravieţuirea pe termen scurt este mai importantă decât deciziile bine cântărite. Oricât de greu ar părea în astfel de momente, adeseori sfătuiesc cuplurile să separe sentimentele legate de adulter de hotărârile legate de relaţie. Foarte frecvent, reacţiile lor impulsive, deşi se doresc a fi protectoare, pot distruge într-o secundă ani întregi de capital conjugal pozitiv. Ca terapeut, trebuie să fiu atentă şi la reacţiile personale. Drama infidelităţii dă naştere unei game complexe de sentimente — înţelegere, invidie, curiozitate şi compasiune, dar şi critică, furie şi dezgust. Este firesc să fii afectat emoţional, însă proiecţiile sunt dăunătoare.

Eu împart perioada de recuperare de după adulter în trei faze: criza, găsirea sensului şi găsirea viziunii. Gillian şi Costa sunt în faza de criză, iar ceea ce nu fac acum este la fel de important precum ceea ce fac. Este un moment delicat, necesitând un spaţiu sigur, din care să lipsească i riticile şi care să poată cuprinde intensitatea emoţiilor ce aleargă sălbatice în interiorul lor şi între ei. în acest moment, au nevoie de calm, de claritate şi organizare, dar şi de încurajare şi speranţă. Mai târziu, în faza de găsire a sensului, va fi timp pentru a descoperi de ce s-a întâmplat adulterul şi ce rol a jucat fiecare dintre parteneri în poveste. Şi în final, în faza de găsire a viziunii, ne vom întreba ce se află înaintea lor, separat sau împreună. Dar, deocamdată, suntem în sala de urgenţe şi facem triajul. Ce anume are nevoie urgentă de atenţie? E cineva sau ceva în pericol? Reputaţiile, sănătatea mintală, siguranţa, copiii, traiul zilnic— toate trebuie luate în considerare.

Fiind primul sosit la „faţa locului[11], stau foarte aproape de cei doi, uneori mă văd zilnic cu ei. Faptul că terapeutul este adeseori singura persoană care ştie ce se întâmplă în această primă fază spune multe despre izolarea cuplului modern şi despre stigmatul infidelităţii. Terapeutul este plasa de siguranţă care îi prinde pe soţii în cădere.

Atâtea piese disparate — doi oameni care se luptă cu faptul că au trăit în realităţi diferite şi doar unul dintre ei a ştiut asta. Există puţine alte evenimente în viaţa unui cuplu, poate doar moartea şi boala grea, care să aibă o asemenea forţă distructivă. Terapeuta Michele Scheinkman subliniază cât de important este să susţii experienţele diferite ale partenerilor, ceva ce ei nu pot face singuri în acel moment.[22]

încerc asta în timpul şedinţelor, dar şi prin corespondenţă, încurajez scrisul —într-un jurnal, către mine, sau unul altuia—, considerându-1 o supapă. Jurnalul oferă un loc sigur în care să îţi verşi

suferinţa, fără nicio restricţie. Scrierea unei scrisori este un proces mai îndelung gândit, mai pregătit. Cuplurile au nevoie câteodată de coaching separat pentru a găsi cuvintele potrivite. Uneori, scrisorile sunt citite cu voce tare în şedinţe; alteori, sunt trimise pe e-mail, cu o copie pentru mine. A fi martor la schimbul epistolar dintre cele două suflete rănite are ceva foarte intim. Deschide o fereastră cu totul nouă spre relaţie, alta decât cea văzută de pe canapea.

Aşa cum anticipasem, Gillian şi Costa mi-au spus că, de când adulterul a ieşit la iveală, au avut cele mai profunde şi mai sincere discuţii, până târziu în noapte. Povestea lor este acum clară: aşteptări neîmplinite, furie, iubire şi tot ce se mai află între acestea. Se ascultă unul pe altul. în perioada critică, au plâns, s-au certat, au făcut dragoste. Toate la intensitate maximă. (E ciudat cum teama de pierdere poate reaprinde dorinţa.) Cei doi sunt din nou, după cum spune colegul meu Terry Real, faţă în faţă — aşa cum suntem când ne îndrăgostim pentru prima dată, înainte să ne aşezăm în poziţia „unul lângă altul", ca orice cuplu deja format.

Toate trădările au fost, cândva, o poveste de iubire

Descoperirea unui adulter poate distruge totul, astfel încât să uităm că este doar un capitol din povestea mai complexă a unui cuplu. Trauma acută va da naştere unui proces de recuperare, mai lung sau mai scurt, împreună sau separat. Şocul are efect de condensare, asemenea unui pumn în stomac, iar sarcina mea este să ajut cuplurile să respire din nou şi să îşi găsească locul în peisajul mai larg al relaţiei, dincolo de suferinţa imediată. Pentru început, uneori chiar în prima şedinţă, îi rog pe protagonişti să îmi spună cum s-au întâlnit — să îmi depene povestea lor.

(iillian şi Costa s-au îndrăgostit în ultimul ei an de facultate la drept. Tânărul a oprit motocicleta în faţa bibliotecii şi a invitat-o la o plimbare. Gillian a fost fermecată de Îndrăzneala, de politeţea şi de căldura lui, toate învăluite Intr-un accent exotic. Surprinzător şi pentru ea însăşi, fata a urcat pe şa.

M i l-a descris, plină de afecţiune, ca fiind „vulcanic — mi-a spus că nu se teme de conflicte, de confruntări şi că are o poftă de viaţă nebună. Despre sine a mărturisit că este o pacifistă convinsă, că e înclinată spre pragmatism. „Costa mi-a făcut un bine, m-a încurajat să mă scutur de cuminţenia de New England şi să devin mai spontană', mi-a declarat Gillian.

înainte de Costa, fusese logodită cu Craig, care făcuse un masterat la Wharton şi urma să preia afacerea familiei. Dar ezitase destul de mult: „Lui Craig îi plăcea mai mult să fie iubit de mine decât să mă iubească." într-un final, a rupt logodna, pentru că îşi dorea să fie „adorată".

Tânărul mediteraneean chiar o adora şi ştia cum să i-o arate. Era îndrăgostit până peste urechi de această femeie puternică, elegantă şi independentă. „Tocmai mă mutasem în State, iar ea era atât de... americană!", mi-a explicat Costa. Gillian nu semăna defel cu femeile cunoscute în copilăria lui, a căror forţă se măsura adeseori prin stoicismul cu care înduraseră oprimarea de-o viaţă din partea soţilor infideli.

Gillian a recunoscut că trăise mereu cu bănuială că fostul ei logodnic, Craig, în necondiţionata lui iubire de sine, o va trăda la un moment dat. Nu era genul lui să pună nevoile altcuiva înaintea

propriilor nevoi, nici măcar dacă era vorba despre ale ei. Motivul principal pentru care îl alesese pe Costa îl reprezenta convingerea că el nu va fi niciodată atât de egoist. Pur şi simplu ştia asta. Era gata să parieze pe devotamentul lui. Cum putuse să se înşele atât de tare?

S-au căsătorit în casa familiei lui, în Paros —pereţi albi, apărători de soare albastre, acoperişuri cu olane roşii, boboci de bougainvillea roz. în timp ce o privea pe mama ei, impecabil aranjată, dansând fericită sirtaki, mireasa noastră a simţit că luase decizia potrivită renunţând la bărbatul cu studii şi pedigri şi alegându-1 pe cel care avea să o iubească pe veci. Bazându-se pe valorile emancipatoare ale timpului ei şi ignorând îndoielile părinţilor, Gillian a renunţat la modelul lor de căsnicie în favoarea propriului ideal.

Când secretul lui Costa a ieşit la iveală, deziluzia lui Gillian a fost extrem de puternică. Nu era doar un atac la adresa ei, era un atac la adresa întregului ei sistem de credinţe — încălca unele dintre cele mai profunde convingeri despre viaţa de cuplu în zilele noastre. Căsătoria a devenit astăzi un castel din poveşti, care trebuie să fie tot ce ne-am putea dori. Relaţiile extraconjugale îl distrug şi ne fac să simţim că nu avem de ce să ne mai agăţăm. Poate că asta explică de ce infidelitatea modernă este mai mult decât dureroasă. Este traumatizantă.

Descoperiri în era digitală

Indiferent dacă am fost orbi sau dacă am observat câte ceva, nimic nu ne pregăteşte pentru descoperirea pro-priu-zisă. După ani de învârteală în jurul adevărului, într-o zi, Gillian a observat că soţul ei îşi lăsase computerul •casă. „Trebuia să mă uit. Apoi nu m-am mai putut opri“, mi-a mărturisit.

în acea zi, numită de ea „Ziua Z“, a stat ore în şir săpând printre dovezile digitale. A fost doborâtă de ce a văzut. Sute de fotografii, schimburi de e-mailuri, dorinţe exprimate — detaliile vii ale relaţiei de opt ani a lui Costa îi defilau prin faţa ochilor. Cu nişte zeci de ani în urmă, ar fi găsit un număr de telefon într-un buzunar al costumului, urme de ruj pe guler, o cutie prăfuită cu scrisori, sau ar fi întâlnit un vecin indiscret care i-ar fi povestit totul. Prins in flagrant, Costa i-ar fi spus povestea aşa cum ar fi ales el, omiţând anumite elemente, pentru a o proteja sau a se proteja pe sine. în zilele noastre, cu ajutorul tehnologiei moderne, Gillian s-a cufundat în detaliile dureroase ale duplicităţii soţului ei. Şi-a studiat propria umilire, memorând pagini întregi de dovezi electronice chinuitoare.

în era digitală, trădarea este o moarte produsă dintr-o mie de motive. îi vede pe amanţi mâncând stridii, îi vede râzând în Taos, o vede pe Amanda pozând, seducătoare. Aici, o poză cu ei doi pe motocicleta lui Yamaha, cu Amanda purtând casca lui Gillian; dincolo, un e-mail cu detaliile unei călătorii romantice în Grecia. Şi peste tot, texte infinite cuprinzând cele mai mici detalii din viaţa Amandei.

Pe lângă tot ce vede Gillian, mai există şi ceea ce îşi imaginează. El sărutând-o. Verigheta pe inelarul lui, mâna lui pe sânul femeii. îşi aminteşte cum se uita Amanda la Costa, la petrecerea de Crăciun de anul trecut, şi cum ea nu a dat atenţie acelei priviri, „ca o proastă ce sunt". îşi aminteşte cum a felicitat-o Amanda pentru spuma de ciocolată în seara când Costa a invitat-o la

cină, la ei acasă, şi cum ea jucase rolul gazdei minunate, „ce tâmpită am fost". Acum se întreabă: „Oare mâna lui era pe genunchiul ei sub masa din sufrageria noastră? Au râs a doua zi, la birou, de asta?“ Imaginile i se învârt neîncetat în minte; imediat ce alungă una, alta îi ia locul.

Cred că e justificat să afirm că majoritatea adulterelor din zilele noastre sunt descoperite cu ajutorul tehnologiei. Azi totul se întâmplă grafic, ba uneori chiar în timp real. în vreme ce săpăturile făcute de Gillian în computerul lui Costa au fost deliberate, în alte cazuri, tehnologia oferă de la sine informaţiile, fără să îi fie cerute. iPad-ul lăsat acasă îl face pe soţul care nu bănuia nimic să fie martor la schimbul de mesaje dintre soţia lui şi amantul cu care urmează să se întâlnească. Monitorul din camera bebeluşului transmite în mod inexplicabil un geamăt, deşi femeia ţine copilul în braţe când soseşte mai devreme dintr-un weekend petrecut departe de casă. Camera video pentru supravegherea pisicilor, al cărei scop este să îi transmită că animalele sunt în regulă, îi oferă unui bărbat imaginea întâlnirii pline de pasiune dintre soţia lui şi un necunoscut.

în primele ore ale Noului An, Cooper se afla pe ringul de dans dintr-un club de noapte din Berlin, când ecranul telefonului s-a luminat. Era o poză cu iubita lui, din New York, pe un alt ring de dans, cochetând cu un tip. Textul care însoţea imaginea trimisă de un prieten suna aşa: „Bătrâne, voiam doar să ştii că am văzut-o pe Aimee flirtând cu unul de aici, din bar!“

în zilele noastre, oricine poate fi hacker. în toţi anii când Ang se uita la filme porno, Sydney era de părere că „e treaba lui“. Dar când bărbatul şi-a pierdut interesul pentru a face sex, femeia a înţeles că devenise treaba ei. O prietenă i-a spus despre un soft prin care putea verifica activitatea online a partenerului său. „Stăteam la birou şi mă uitam urc în şir la filmele alea foarte deocheate, ştiind că şi el se uliu la ele în acelaşi timp şi că se masturba. O luasem razna. Am început să mă îmbrac şi să mă port ca fetele alea din lllmele porno, gândindu-mă că astfel l-aş putea recuceri.

I >ur într-un final m-am simţit trădată, nu atât de el, cât mai degrabă de mine“, mi s-a confesat Sydney.

Nu mai e nevoie să angajezi un detectiv particular, ai unul In buzunar. Apăsarea din greşeală a butonului de trimi-Icre: „De ce îmi trimite tata o poză cu el în pielea goală?" Sunatul din greşeală: „Şi de ce se aude gâfâitul cuiva?" Alerta de activitate neobişnuită de la Departamentul fraude al Visa: „Dar eu nu am fost niciodată la Montréal!"

Din toată această listă de semnalizatoare tehnologice, să nu uităm minunile GPS-ului. De ceva vreme, César a început să suspecteze că orele petrecute de Andy la sala de forţă nu sunt rezervate ganterelor. „De când tot ridică greutăţi, ar fi trebuit să văd o oarecare dezvoltare a musculaturii! Şi ştiu că face şi saună, dar cât poţi să stai acolo lără să te topeşti?" Cum nu putea să îl urmărească pe Andy lâră să fie văzut, i-a urmărit telefonul. Punctul albastru de pe hartă a părăsit sala după doar treizeci de minute şi s-a îndreptat spre centru.

Am trăit iubirea de pe ambele părţi ale baricadei

Maşinăriile noastre nu doar că ajută la dezvăluirea secretelor, dar păstrează şi dovezi digitale. „A devenit o obsesie aproape patologică, mi-a povestit Gillian. Continui să citesc e-mailurile şi încerc să pun lucrurile cap la cap. Sute de SMS-uri între ei, într-o singură zi, de la şapte dimineaţa până la miezul nopţii. Relaţia era prezentă tot timpul, în mijlocul vieţii noastre. Ce făceam eu când Costa scria mesaje? La 21:12, pe 5 august 2009, sărbătoream împlinirea a cincizeci şi unu de ani. A fugit la baie ca să îi scrie Amandei înainte să cânte «Mulţi ani trăiască», sau a făcut-o după ce a cântat?"

Infidelitatea este un atac direct la una dintre cele mai importante structuri psihice: memoria trecutului. Nu numai că deturnează speranţele şi planurile unui cuplu, dar îi pune sub semnul întrebării trecutul. Dacă nu putem privi în urmă cu oarecare siguranţă şi dacă nu putem şti ce se va întâmpla mâine, unde ajungem? Psihologul Peter Fraenkel a semnalat faptul că partenerul trădat este „blocat în prezent, copleşit de progresia continuă a informaţiilor tulburătoare cu privire la adulter".

Suntem dispuşi să acceptăm că viitorul este imprevizibil, dar ne aşteptăm ca trecutul să fie ceva pe care ne putem baza. Trădaţi de persoana iubită, suferim pierderea unei naraţiuni coerente — „structura internă ce ne ajută să prevedem şi să reglăm acţiunile şi sentimentele viitoare, [care creează] un sentiment stabil al sinelui", după cum a definit-o psihiatrul Anna Fels. într-un articol unde descrie efectele corozive ale diferitelor tipuri de trădări relaţionale, Fels a considerat că „poate faptul că îi furi cuiva povestea este cea mai mare trădare care există".[23]

în pornirea obsesivă de a identifica fiecare latură a unei relaţii extraconjugale se află nevoia existenţială de a reface ţesătura propriei vieţi. Suntem fiinţe care creează sens şi ne bazăm pe coerenţă. întrebările, flashbackurile, gândirea circulară, insomniile, toate sunt manifestări ale unei poveşti de viaţă ruinate, care încearcă să se reconstruiască.

„Mii simt distrusă, mi s-a destăinuit Gillian. Mintea îmi lune înainte şi înapoi, alunecă prin timp, reglând amintiri şl aşezând informaţiile noi la locurile lor, astfel încât să înceapă să corespundă cu realitatea.'[1]

fels a utilizat imaginea ecranului dublu: într-o parte, oamenii îşi văd viaţa pe care şi-o amintesc, iar alături văd versiunea recent dezvăluită. Se instalează un sentiment de alienare. Nu se simt îndepărtaţi doar de partenerul care îi minte, ci şi de ei înşişi.

(iriza adevărului este dureros prezentată în filmul Love Actually. Karen, personaj interpretat de Emma Thompson, se retrage în dormitor pentru a digera faptul că acel colier de aur cumpărat de soţul ei nu se află în pachetul cu darul de Crăciun pe care tocmai l-a primit. Cadoul pentru ea consta intr-un CD cu Joni Mitchell, pe care îl ascultăm Io timp ce imaginea se schimbă şi o vedem pe secretara tânără, în lenjerie sexy, punându-şi colierul, apoi revenim Iu Karen, care plânge şi îşi aminteşte viaţa ei, aşa cum apare In fotografiile de pe comodă. Iar Joni cântă: „îmi amintesc iluziile iubirii/Nu ştiu exact ce e iubirea."

„Ecranele duble" ale lui Gillian arată adeseori scene pornografice. „Sexul nostru versus sexul lor. Corpul meu; corpul ei. Mâinile pe care le iubesc mângâind-o pe alta, buzele acelea sărutând buzele ei. El în interiorul ei, şoptindu-i cu acea voce irezistibilă, spunându-i cât de fierbinte e.

Aveau poziţii preferate? Lui îi era mai bine decât cu mine? Făcea sex o zi cu mine, o zi cu ea?"

Căsătoria şi amintirile i-au fost pângărite. Cândva, acestea au reprezentat o sursă de confort şi siguranţă, acum o fac să fie nesigură de tot ce o înconjoară. Nu-şi mai poate aminti cu drag nici măcar de momentele fericite, totul s-a murdărit. Costa a insistat de nenumărate ori că, atunci când era cu Gillian şi cu băieţii, era sută la sută acolo — fizic şi emoţional. I-a spus că viaţa lor împreună nu fusese falsă. Dar pentru ea, totul pare acum o „oglindă care deformează[1]'.

Costa i-a răspuns cu răbdare la întrebări, iar discuţia a ajutat-o să reconstituie ce s-a întâmplat. A încercat să o consoleze. Şi-a exprimat regretul de nenumărate ori. O să trăiască toată viaţa în purgatoriu? O să-l considere vinovat până la moarte? Din punctul lui de vedere, lucrurile sunt clare: „Vreau să ne reconstruim relaţia, nu să analizăm aceleaşi lucruri iar şi iar." I-am explicat că repetiţia ajută la reclădirea coerenţei şi este parte integrantă a procesului de vindecare; cu toate acestea, pe măsură ce zilele se transformă în săptămâni, el este din ce în ce mai frustrat. La fel şi Gillian.

„Mă roagă să las trecutul în trecut şi să merg mai departe, mi-a povestit Gillian. Dar asta mă face să simt ca şi cum mi-ar minimaliza suferinţa. Mă simt de parcă aş fi prinsă într-o roată de la moara de apă. Ies la suprafaţă să iau o gură de aer şi să văd puţin viitorul, după care sunt iarăşi trasă sub apă şi mă gândesc că o să mor dacă nu revin la suprafaţă."

Din nefericire pentru adulterinii care se căiesc, o inimă frântă are nevoie de vreme îndelungată pentru a se vindeca. „Crezi că dacă ai recunoscut, ţi-ai cerut iertare şi ai spus zece rugăciuni, ai rezolvat totul?! înţeleg că asta funcţionează pentru tine, dar nu şi pentru mine. Trebuie să o aud din nou!", a spus Gillian. Este o situaţie în care se găsesc multe cupluri şi i-am explicat lui Costa că e ceva obişnuit în faza de criză. Gillian nu o face doar ca să îl enerveze: „Tu ştii asta de opt ani, dar ea abia acum a aflat. Sunt multe lucruri pe care trebuie să le afle.“ Dar dacă şi peste trei ani o să îl întrebe despre această poveste, atunci chiar vor avea o mare problemă.

Infidelitatea: hoţul de identitate

>

Pentru Gillian, la fel ca pentru mulţi, mulţi alţii, infidelitatea nu înseamnă doar pierderea iubirii; înseamnă pierderea sinelui. „Acum fac parte din clubul soţiilor înşelate, liste un adevăr care nu poate fi schimbat şi care va rămâne valabil câte zile voi avea, indiferent de ce se va întâmpla cu noi. Tu m-ai făcut să fiu aşa. Nu mai ştiu cine sunt“, i-a mărturisit Gillian lui Costa.

Când iubirea devine un plural, vraja unicităţii s-a rupt. Pentru unii, această rupere e mai mult decât poate duce căsnicia. Costa şi Gillian vor să găsească o modalitate prin care să rămână împreună, dar, fiecare în felul lui, se teme că, dacă iubirea lor va supravieţui, aceasta va fi întinată pentru totdeauna.

„Te iubesc, tu ai fost întotdeauna iubirea mea, a asigurat-o Costa. Cu Amanda a fost ceva care s-a întâmplat pur şi simplu. Aş fi terminat relaţia după un an, dar fiica ei s-a îmbolnăvit şi m-am

simţit vinovat. Ştiu că poate nu mă crezi, însă tu eşti iubirea vieţii mele şi asta nu s-a schimbat/* într-adevăr, de ce l-ar crede când ştie că, de opt ani, a dormit în fiecare noapte lângă ea, ca mai apoi să se trezească şi să îi scrie Amandei: „Bună dimineaţa, iubita mea“? Cu toate acestea, Gillian vrea să îl creadă.

Sentimentul de îndepărtare pe care îl descrie Gillian este o poveste pe care o aud tot timpul de la cuplurile moderne occidentale, dar nu peste tot e perceput la fel. Ne-ar plăcea să credem că durerea este durere, democratică şi universală. în realitate, există un întreg cadru cultural ce dă formă modului în care ne definim suferinţele din dragoste, în timpul discuţiilor cu un grup de femei senegaleze, dintre care multe fuseseră înşelate de soţi, niciuna nu a vorbit despre pierderea completă a identităţii. Au descris nopţi iţedormite, gelozie, multe lacrimi, crize de furie. Dar, din punctul lor de vedere, soţii înşală pentru că „aşa fac bărbaţii[11], nu pentru că soţiile au vreun defect misterios. în mod ironic, părerea lor despre bărbaţi subevaluează oprimarea continuă pe care o îndură, însă le protejează sentimentul identitar. Poate că Gillian este mai emancipată social, dar identitatea şi stima de sine au fost amanetate pentru iubirea romantică. Iar când iubirea vine să îşi recupereze datoriile, se poate dovedi un creditor nemilos.

Mare parte din identitatea şi sentimentul de apartenenţă al prietenelor mele senegaleze are de-a face cu mediul din care provin. De-a lungul istoriei, majoritatea oamenilor îşi clădeau sentimentul de valoare personală prin respectarea valorilor şi a aşteptărilor religiei şi ierarhiei familiale. Dar, în prezent, în absenţa vechilor instituţii, noi suntem responsabili de crearea şi menţinerea propriei identităţi, iar povara sinelui nu a fost niciodată mai grea decât acum. Prin urmare, ne negociem în mod constant propria valoare. „Singurul loc în care speri să opreşti această evaluare este în iubire. în iubire devii câştigătorul concursului, primul şi singurul"[24] —iată remarca inteligentă a sociologei Eva Illouz. Nu e de mirare, aşadar, că

Infidelitatea ne aruncă într-o gaură neagră a îndoielilor cu privire la propria persoană şi a confuziei existenţiale.

Această aserţiune este susţinută şi de bărbaţi, şi de femei.

I)esigur, există nuanţe în ceea ce priveşte lucrurile pe care le subliniază; discuţia despre adulter poartă în mod implicit culori specifice fiecărui gen. Poate pentru că bărbaţilor li s-a permis întotdeauna mai uşor să înşele şi să se laude cu izbânzile sexuale, lacrimile lor au dispărut. Bărbaţii ale căror soţii au călcat strâmb erau mai degrabă furioşi sau stânjeniţi decât trişti. Puteau să deplângă pierderea unei imagini publice, nu pierderea sinelui. Ştim mult mai multe despre femei rănite şi bărbaţi aventurieri decât ştim despre bărbaţi răniţi sau femei aventuriere. Dar cum, în zilele noastre, femeile tind să egaleze pe terenul infidelităţii şi cum pentru bărbaţi devine din ce în ce mai acceptabil, cultural vorbind, să îşi arate emoţia, văd tot mai numeroşi reprezentanţi ai sexului tare care au fost afectaţi de trădare şi îşi exprimă pierderea identităţii.

„I.umea, aşa cum o ştiam eu, se terminase", mi-a scris Vijay. Englez de origine indiană, în vârstă de patruzeci şi şapte de ani, manager al unui magazin de delicatese, cu iloi copii, tocmai a descoperit nişte e-mailuri pe care soţia lui, Patti, i le trimisese terapeutului său, cuprinzând o serie de mesaje schimbate de ea şi iubitul ei. „M-am simţit de parcă aş fi căzut printr-un spaţiu

întunecat, lipsit de gravitaţie. încercam cu disperare să găsesc ceva de care să mă agăţ. Dar aproape imediat Patti s-a schimbat. Şi eu la fel. Părea rece, retrasă. Plângea, însă nu părea să plângă pentru noi.“

Vocea lui Milan tremura în timp ce îmi făcea următoarea mărturisire: „M-am îndrăgostit foarte tare. Chiar credeam într-un viitor alături de Stefano şi am pus tot sufletul în relaţia asta. Apoi nu s-a mai apropiat deloc de mine. A devenit dependent de amfetamine şi s-a îndrăgostit de un puşti. Am venit acasă, şi şi-o trăgeau în patul nostru. Nici nu m-a băgat în seamă, ca şi cum aş fi fost colegul lui de cameră. Povestea asta a continuat luni în şir. Mă simţeam umilit, dar nu puteam pleca. Eram gay, deci nu trebuia să fiu gelos: nu era decât sex. Aveam nevoie de el.
Mă dispreţuiam pentru că îl lăsam să mă trateze aşa. De-abia mă mai recunosc.[1]*

„Nu sunt tipul cel rău!“

Criza de identitate nu este rezervată partenerului care a fost trădat. Când un secret a fost dezvăluit, nu e un şoc doar pentru cel care descoperă adulterul, ci şi pentru cel care a fost implicat în el. Privindu-şi propriul comportament prin ochii recent deschişi ai celui rănit, protagonistul adulterului se confruntă cu o imagine de sine aproape imposibil de recunoscut.

Costa are propria-i cădere. Martor al suferinţei îngrozitoare care o macină pe Gillian, îşi dă seama ce a făcut şi ce i-a provocat partenerei sale. Linia de demarcaţie dintre viaţa publică şi viaţa secretă a dispărut complet.

în discuţiile noastre private, se străduieşte să lipească cioburile. Nu a făcut niciodată terapie, este destul de suspicios cu privire la aşa-numiţii experţi şi nu se aşteaptă să primească prea multă înţelegere. Tocmai din acest motiv am ţinut să îi spun că nu sunt de la poliţia de moravuri. „Chiar dacă ai avut o relaţie extraconjugală, şi încă una lungă, nu am pretenţia că te cunosc. Sunt aici ca să ajut, nu CB să judec", i-am explicat.

(losta trebuie să analizeze discrepanţa dintre imaginea de nine şi acţiunile sale. încă din copilărie, îşi jurase că nu va face niciodată ca tatăl său fustangiu şi dominator, care Işi tratase soţia cu dispreţ. Costa se văzuse întotdeauna ca fiind un om cu principii — cu un comportament moral şl plin de compasiune faţă de suferinţa unei femei a cărei Iubire fusese pângărită.

„Ku nu sunt tipul cel rău" era stâlpul în jurul căruia îşi organizase construcţia sinelui (cu ajutorul căruia îi câştigase inima lui Gillian). Tot asta era propoziţia pe care o utilizase de-a lungul anilor pentru a alunga suspiciunile partenerei sale de viaţă. Hotărât să îşi construiască această identitate de tip „sunt mai bun decât tatăl meu", Costa a devenit un bărbat rigid şi predispus la critică. în mod inconştient, credea că absolutismul îl va ajuta să se ţină departe de moştenirea paternă, dar, printr-un capriciu al sorţii, a ajuns să se comporte exact în modul pe care spera să îl evite. „Simţeam că viaţa mea nu mai exista. Eram un robot. Anesteziat, legat, ţeapăn şi rigid, de parcă aveam un băţ în fund." Mi-a descris cum începuse să se simtă neînsemnat, cum afacerea îi mergea prost, iar diferenţa de salariu dintre el şi soţia lui devenea din ce în ce mai mare. Gillian era ocupată cu alte lucruri. „Pe urmă a început să vorbească despre planuri de pensie şi îngrijire pe termen lung, iar eu mă simţeam de parcă mă îngropa de viu!" Aici a intrat în scenă Amanda,

care i-a oferit o modalitate „de a se relaxa şi a redescoperi pasiunea".

Costa m-a asigurat că nu a încetat vreo clipă să îşi iubească soţia şi că nu are nicio intenţie să o părăsească. A vrut să se despartă de Amanda de mai multe ori, dar s-a simţit obligat faţă de ea, mai ales că femeia trecea prin criză după criză. Băiatul sensibil care fusese martor la umilinţele suferite de mama sa a devenit bărbatul care nu putea părăsi o domniţă aflată la ananghie — o slăbiciune pe care amanta i-o detectase rapid şi de care profita cu mare pricepere. în plus, este convins că, deoarece el se schimbase foarte mult — era mai puţin deprimat şi nu se mai plângea acasă—, şi căsnicia se schimbase în bine. (Ştiu că Gillian e de acord cu această evaluare, dar respinge justificările lui Costa.) Bărbatul crede că dacă, spre deosebire de tatăl lui, nu s-a plimbat pe stradă cu amanta, principiile îi rămân intacte. Politica lui în ce priveşte identitatea a ajuns intr-un punct mort. Abia acum, în lumina crudă a dovezilor covârşitoare, vede ce înseamnă interpretările lui. L-am întrebat: oare durerea şi ruşinea lui Gillian diferă atât de mult de cele ale mamei lui?

Conştient de nevoia de a-şi recalibra personalitatea în noile condiţii nefericite, Costa a început să analizeze alături de mine ce a însemnat adulterul pentru el şi ce înseamnă în contextul mai larg al vieţii sale. în timpul procesului, Romeo cel plin de căinţă s-a arătat dornic să discute cu soţia lui despre descoperirile făcute. I-am atras atenţia că este o discuţie prematură: angoasa ei este mai puternică decât analiza. Suntem încă în faza de criză şi, în această etapă, compasiunea merge către Gillian. Partenerul trădat va putea să asculte explicaţii fără a le vedea drept justificări numai când nevoile lui emoţionale vor fi satisfăcute. E prea devreme să ne aşteptăm ca Gillian să înţeleagă punctul de vedere al lui Costa, ca să nu mai zicem de rolul pe care poate că l-a jucat chiar ea în această poveste.

1)eocamdată, Costa trebuie să asculte. Asta va presupune ceva efort, deoarece este atât de interesat să îşi păstreze o imagine de sine cât mai departe de „bărbatul imoral" (cuvintele îi aparţin), încât se simte obligat să se justifice şi pe sine, să îşi justifice şi acţiunile. Vede cât de rău se simte ea, dar asta îl face să aibă o părere proastă despre el însuşi (ruşine), fapt care îl împiedică să aibă vreun regret în ce o priveşte pe parteneră (vinovăţie).

Trecerea de la ruşine la vinovăţie e crucială. Ruşinea este o stare de autominimalizare, în timp ce vinovăţia este o reacţie empatică, relaţională, inspirată de suferinţa pe care i-ai provocat-o altcuiva. Ştim din psihologia traumei că vindecarea începe din momentul în care autorul îşi recunoaşte fărădelegea. Adeseori, când unul dintre parteneri insistă că nu se simte mulţumit, chiar dacă cel pe care l-a rănit susţine că se simte îngrozitor, motivul este că reacţia înclină încă mai mult spre ruşine decât spre vinovăţie şi, prin urmare, este concentrată pe propria persoană. După trădare, remuşcarea autentică este un instrument de vindecare esenţial. Scuzele sincere indică grijă şi angajament faţă de relaţie, o împărţire a poverii suferinţei şi o refacere a echilibrului de putere.[25]

Am ştiut de la bun început că nu va fi uşor pentru Costa. Dacă ai înşelat pe cineva, este greu să vezi suferinţa pe care ai produs-o şi să îi dai partenerului timpul şi spaţiul pentru a plânge cu adevărat, conştient fiind că tu eşti cauza lacrimilor vărsate. Dar exact de asta are nevoie Gillian. „Dacă vrei să o ajuţi pe Gillian să se simtă mai bine, mai întâi trebuie să o laşi să se

simtă ca ultimul om“, l-am sfătuit pe Costa. Este deopotrivă important să facă loc pentru suferinţa ei şi să o susţină fizic. Costa se străduieşte în

acest sens cât poate de mult. Evident, e mai uşor pentru el să răspundă empatic atunci când soţia lui se jeluieşte decât atunci când îl atacă. Şi, cel puţin pentru o vreme, atacurile sunt inevitabile. Va veni şi momentul în care îi voi spune să o lase mai moale. Dar deocamdată starea lui de empatie constantă ajută la diminuarea gradată a mâniei lui Gillian.

Costa face eforturi susţinute pentru a-i fi alături în suferinţa ei. îi spune iar şi iar că o iubeşte. Gillian se calmează pentru o vreme — o oră, uneori două sau mai mult, ba chiar şi câte o zi întreagă. îl crede, sigur că îl crede, doar e soţul ei. După care— vai! — îşi aminteşte. „L-am crezut şi mai înainte, şi uite unde am ajuns."

Suspiciunile ei ies din nou la suprafaţă. De această dată, nu va mai închide ochii, pretinzând că nu se întâmplă nimic. Aşa că începe să caute mai multe informaţii. El şi-a pierdut dreptul la intimitate. Cine este femeia căreia i-a dat like la poza de pe Instagram? Ce a făcut la dentist timp de trei ore? Măcar avea programare? O să sune să afle. Teama şi furia se amestecă şi explodează. Nu precupeţeşte niciun efort, îi analizează familia, cultura, genele şi, evident, o analizează pe Amanda. Sezonul de vânătoare s-a deschis în mod oficial.

„M-ai înşelat! Mincinosule!" Acum l-a scos din minţi pe Costa. Este dispus să recunoască ce a făcut, dar în niciun caz nu va permite ca acesta să fie verdictul final asupra identităţii lui. „Am înşelat o singură dată şi am minţit de mai multe ori cu privire la un singur lucru, s-a apărat el. Dar nu fac asta pe bandă rulantă şi nici nu sunt un mincinos." Suferinţa lui Gillian i-a arătat o imagine a lui pe care nu o poate tolera, aşa că se înfurie. Cum ea continuă să se simtă prost, asta confirmă faptul că el este un personaj negativ. Tensiunea creşte din nou. „Nu-i voi permite nici ei, nici acestei aventuri şi nici altor lucruri să mă definească[1], mi-a spus. Am decis să îl provoc: „înţeleg situaţia dificilă în care te afli şi văd ce simţi. Dar dacă ne gândim la duplicitatea în care ai trăit, an după an, eşti mai aproape decât vrei să recunoşti de «tipul cel rău».“

Acţiuni reparatorii

Primele săptămâni din terapia post-adulter sunt extrem de instabile, pentru a folosi un termen blând. Zile în şir de reconstrucţie atentă se pot prăbuşi din cauza unei singure remarci. Ambii parteneri sunt cu nervii întinşi la maximum, se spionează cu coada ochiului, se tem de următoarea lovitură emoţională. „Dansul furiei şi al iertării, jucat în ritmul incontrolabil al încrederii, este poate cel mai dificil lucru din viaţa omului, dar şi unul dintre cele mai vechi“[26], este de părere Maria Popova.

în timpul fazei de criză, responsabilitatea pentru reparare se află în primul rând la cel care a avut relaţia extraconju-gală. Pe lângă exprimarea remuşcărilor şi receptivitatea la durerea partenerului, există şi alte lucruri importante pe care el/ea le poate face.

Janis Abrahms Spring a identificat unul dintre aceşti paşi ca fiind „transferul atenţiei'*[27]. Pe scurt, asta înseamnă că persoana care a călcat strâmb îşi asumă rolul de a aminti şi a păstra la

vedere adulterul. De obicei, partenerul care a fost trădat se simte îndreptăţit să pună întrebări, să fie obsedat, să se asigure că acel lucru îngrozitor nu a fost ascuns sub covor. Aventurierul care acum se căieşte este, de regulă, foarte dornic să lase episodul în urmă.

Inversând aceste poziţii, schimbăm dinamica. Rar se întâmplă ca supravegherea să nască încredere. Dacă vinovatul Costa păstrează vie amintirea adulterului, atunci o eliberează pe Gillian de sarcina de a fi ea cea care să se asigure că episodul nu va fi fost uitat. Dacă aduce el vorba despre asta şi provoacă discuţii pe marginea subiectului, atunci comunică faptul că nu încearcă să îl ascundă sau să îl minimalizeze. Dacă oferă informaţii din proprie iniţiativă, o eliberează pe ea de întrebările constante. La un moment dat, Costa a primit un telefon de la Amanda. I-a spus imediat lui Gillian, dezamorsând astfel o potenţială sursă de neîncredere. Cu altă ocazie, când erau la un restaurant, a simţit că Gillian se întreba dacă fusese acolo cu Amanda. Nu a aşteptat întrebarea ei — i-a spus, fără să i se ceară asta, şi s-a asigurat că se simte bine acolo. Toate acestea, făcute în mod repetat, ajută la reconstruirea încrederii şi îi garantează partenerului trădat că de-acum înainte sunt amândoi de aceeaşi parte a baricadei.

Cât despre Gillian, ea trebuie să înceapă să rărească puse-ele de furie — nu pentru că ar fi nejustificate, ci pentru că nu îi vor oferi ceea ce caută cu adevărat. Furia o poate face să se simtă mai puternică, însă doar pentru o scurtă perioadă. Totuşi, psihologul Steven Stosny observă: „Dacă pierderea puterii a fost problema în adulter, atunci furia este soluţia. Dar suferinţa cea mare din adulter nu prea are de-a face cu pierderea puterii. Ceea ce îţi produce durere este perceperea pierderii valorii — faptul că te simţi mai puţin iubit."[28]

Când descoperim trădarea, avem nevoie să găsim modalităţi prin care să ne reclădim sentimentul propriei valori — să separăm sentimentele noastre despre noi de modul în care ne-a făcut cealaltă persoană să ne simţim. Când ţi se pare că întreaga ta fiinţă a fost supusă unui abuz şi că definirea sinelui tău se află în mâinile persoanei care ţi-a făcut asta, este important să îţi aminteşti că eşti format din mai multe părţi.

Nu eşti un deşeu, cu toate că o parte din tine a fost respinsă. Nu eşti o victimă, deşi o parte din tine a fost abuzată. Eşti iubit, valorizat, stimat şi apreciat de alţii — până şi de partenerul infidel, chiar dacă poate că acum nu simţi asta. Realizând că se rupsese de prieteni după ce îşi împletise viaţa cu iubitul care acum o părăsise, o femeie a întocmit o listă cu cinci oameni pe care trebuia să îi readucă în viaţa ei. A plecat într-o călătorie de două săptămâni, a reînnodat prieteniile şi şi-a recuperat părţi din sine pe care fiecare dintre aceşti prieteni le aprecia. Procedând astfel, a separat rana de esenţa propriei sale persoane.

Viktor Frankl, supravieţuitor al Holocaustului, a spus un adevăr profund: „Unui om i se poate lua totul, mai puţin un lucru: ultima dintre libertăţile umane — aceea de a alege ce atitudine să aibă într-o situaţie dată, de a-şi alege calea."[29]

îmbracă-te frumos, chiar dacă nu ai chef. Lasă prietenii să îţi pregătească o cină minunată. Du-te la cursul de pictură la care vrei să mergi de atâta vreme. Fă lucruri prin care să ai grijă de tine, lucruri care te binedispun, pentru a contracara umilinţa şi dorinţa de a te ascunde. Mulţi oameni se simt prea ruşinaţi pentru a face aceste lucruri atunci când au fost trădaţi, dar exact

către asta îi îndemn.

Gillian are nevoie să îşi găsească propria cale pentru a-şi redéfini valoarea. Căinţa lui Costa nu este îndeajuns pentru a uşura suferinţa. Exprimarea vinovăţiei şi a empa-tiei este esenţială pentru cel rănit, dar rămâne insuficientă pentru vindecarea stimei de sine distruse. Costa poate fi de ajutor dacă se ocupă mai puţin de propria persoană şi, în schimb, reafirmă importanţa lui Gillian şi locul central pe care aceasta îl ocupă în viaţa lui. Dacă renunţă la grijile referitoare la el însuşi, o poate recuceri pe fata care a urcat pe motocicleta lui cu mulţi ani în urmă, când a făcut un pact cu zeul iubirii. Când îi spune în cuvinte foarte clare: „Cu tine vreau să fiu. Tot timpul te-am iubit pe tine“, Costa începe procesul prin care îi acordă din nou valoare şi îi preţuieşte prezenţa. Pentru prima oară, Gillian începe să creadă că partenerul nu rămâne alături de ea din obligaţie. El o alege pe ea.

Două minute mai târziu, a sunat telefonul lui Costa. Am văzut o străfulgerare de suspiciune în ochii soţiei lui. Am simţit cum se retrage. Un alt motiv pentru o altă întrebare. Suntem în tranşeele recuperării romantice. Şi o să zăbovim aici ceva vreme.

CAPITOLUL 5 Magazinul ororilor

Unele adultere dor mai tare decât altele?

Ciudat lucru, cuvintele „de două sau de trei ori", aceste simple cuvinte, aceste cuvinte rostite în aer, la distanţă, pot sfâşia inima ca şi cum ar atinge-o cu adevărat, o pot îmbolnăvi, ca o otravă pe care ai înghiţit-o.'

Marcel Proust, Swann

EXISTĂ RELAŢII EXTRACONJUGALE care sunt „mai rele“ decât altele? Există tipuri de infidelitate care dor mai puţin şi din care îţi revii mai uşor? Oricât de mult am încercat să identific modele de relaţionare între acţiune şi reacţie, încă nu am găsit o corespondenţă clară între gravitatea ofensei şi intensitatea reacţiei.

Este tentant să organizezi relaţiile extraconjugale în funcţie de o ierarhie a abaterilor, unde masturbarea la un film porno ar fi o infracţiune minoră, în mod clar mai puţin gravă decât un masaj cu finalizare, care este totuşi

Marcel Proust, în căutarea timpului pierdut. Swann, traducere din franceză de Irina Mavrodin, Editura Adevărul Holding, Bucureşti, 2010, p. 364. (N. red.)

preferabil penetrării unei prostituate rusoaice, la rândul său o abatere mai puţin gravă decât să îţi găseşti iubita în pat cu prietenul cel mai bun sau să descoperi că soţul tău are un fiu în vârstă de patru ani care locuieşte la trei blocuri distanţă. Oricât de interesant ar fi să stabileşti o scară a trădărilor, aceasta nu este eficientă când vine vorba de măsurarea magnitudinii ofensei şi a legitimităţii reacţiei.

în timp ce traversăm peisajul suferinţei romantice, descoperim nenumărate motive pentru care povestea unui individ sau a unui cuplu o ia într-o direcţie sau într-alta. Şocul poate fi de grade diferite. Chiar şi după zeci de ani de muncă în domeniu, tot nu pot să prevăd ce vor face oamenii când vor descoperi relaţia extraconjugală a partenerului. De fapt, mulţi mi-au spus că reacţia lor este departe de ceea ce ar fi bănuit ei înşişi.

Impactul unui adulter nu este în mod obligatoriu proporţional cu durata sau cu însemnătatea acestuia. Unele relaţii se vor destrăma după descoperirea unei aventuri pasagere, într-un moment de vulnerabilitate şi neatenţie, căzută în butoiul cu melancolie, o femeie i-a spus soţului ei despre o scurtă aventură extraconjugală pe care a avut-o cu zeci de ani în urmă. A fost uluită de-a dreptul când bărbatul a pus punct celor trei decenii de căsnicie. Există şi persoane care vor dovedi o capacitate surprinzătoare de a-şi reveni după ce au aflat despre un adulter îndelungat. Mă uimeşte cum unii aproape că nu reacţionează la revelaţii care le pot schimba viaţa, iar alţii fac din ţânţar armăsar în cazul unei simple ocheade. Am văzut oameni distruşi când au aflat că partenerul lor are fantezii cu alte persoane sau se masturbează la filme porno, în timp ce alţii acceptă cu stoicism întâlnirile amoroase anonime care acompaniază călătoriile de afaceri către destinaţii îndepărtate.

fiecare nuanţă este importantă în complicata poveste a infidelităţii. Ca terapeut, am nevoie de detalii de natură emoţională. Cercetătoarea Brené Brown a explicat faptul că, atunci când trăim un eveniment şocant sau traumatizant, „emoţiile noastre încearcă să înţeleagă durerea".[30] Unele lucruri sporesc suferinţa („Ce a făcut?"), iar altele devin motive de alinare („Cel puţin nu a făcut asta"). Unele sunt „amplificatoare" —elemente specifice care măresc suferinţa—, altele sunt „amortizoare" — scuturi protectoare împotriva suferinţei—,ca să folosesc nişte termeni împrumutaţi de la Alexandra Drane, antreprenor în domeniul sănătăţii.

Cum te va lovi infidelitatea şi cum vei reacţiona sunt aspecte profund legate de aşteptările, de sensibilităţile şi de trecutul tău, dar şi de cât de îngrozitor a fost comportamentul partenerului. Apartenenţa la un anumit sex, cultura, clasa socială, rasa şi orientarea sexuală creează cadrul pentru experienţa infidelităţii şi dau formă durerii.

Un amplificator poate fi o situaţie anume. Sarcina, dependenţa economică, şomajul, problemele de sănătate, statutul de imigrant, multe alte situaţii din viaţa contemporană se pot adăuga la povara trădării. Istoria familială este un prim amplificator —adulterele şi trădările cu care am crescut sau pe care le-am întâlnit în relaţiile anterioare ne pot face mai suspicioşi. Trădarea are loc întotdeauna într-o reţea de relaţii, iar povestea a început cu mult înainte de acutizarea „bolii". Pentru unii, asta confirmă o temere profund înrădăcinată: „Problema nu e că nu mă iubeşte, ci că nu mă simt eu demn(ă) de iubire." Pentru alţii, distruge imaginea pe care o aveau despre partener: „Te-am ales fiindcă eram sigur(ă) că nu eşti genul ăla de persoană.[1']

Amortizoarele includ o impresionantă reţea de rude şi de prieteni care sunt răbdători şi oferă siguranţă. De asemenea, o părere clară despre propria persoană, o credinţă spirituală sau religioasă pot reduce impactul. Calitatea relaţiei înainte de criză joacă întotdeauna un rol foarte important. Şi existenţa unor opţiuni — proprietăţi, economii, un nou loc de muncă, o nouă relaţie — scade vulnerabilitatea, dar asigură şi spaţiu de manevră, în ambele sensuri. Analizarea punctelor dureroase ale trădării ajută la identificarea oportunităţilor de întărire a acestor elemente de protecţie.

La primele întâlniri cu victimele infidelităţii, cercetez rănile până când identific calitatea lor emoţională specifică, amplificatoarele şi amortizoarele. Unde doare cel mai mult? Ce a răsucit cuţitul în rană? Insulta, lipsa de loialitate, abandonul, trădarea încrederii, minciunile, umilirea? Pierderea sau respingerea, dezamăgirea sau ruşinea? Eliberare, resemnare ori indignare? Care este sentimentul sau constelaţia de sentimente în jurul cărora te învârţi?

„De ce el, dintre toţi oamenii?“

Unele persoane sunt capabile să îşi exprime imediat sentimentele. Cultura lor emoţională le permite să recunoască, să numească şi să fie stăpâne pe detaliile propriei suferinţe. Dar întâlnesc şi mulţi oameni care s-au închis în ei fără să-şi identifice punctele de durere emoţională. Aceştia trăiesc bântuiţi de sentimente fără nume, care nu sunt mai puţin puternice datorită anonimatului. „Eşti a doua persoană căreia i-am spus povestea mea, mi-a scris un tânăr pe nume Kevin, după ce m-a contactat pe Facebook. Sunt zece ani de atunci. Poate faptul că scriu ce mi s-a întâmplat este o formă de terapie.[1']

Pentru Kevin, un programator în vârstă de douăzeci şi şase de ani din Seattle, durerea cea mai mare nu a fost produsă de faptul că prima lui iubire l-a înşelat, ci de persoana cu care aceasta a făcut-o. Toţi anii în care a purtat ruşinea „de a nu şti nimic" l-au lăsat cu probleme serioase de încredere în oameni. A întâlnit-o pe Taylor la şaisprezece ani — era mai mare decât el, l-a dezvirginat şi i-a captat aproape întreaga atenţie în timpul liceului. Kevin i-a prezentat-o pe Taylor fratelui său mai mare, Hunter, şi cei trei au devenit inseparabili.

Când Taylor a rupt relaţia, la început Kevin a fost surprins. „Sufeream, dar nu eram distrus de durere", mi-a mărturisit el. în mod ciudat, Taylor şi Hunter încă se vedeau. „Până şi mama m-a întrebat dacă nu mă deranja asta. Dar eu aveam încredere necondiţionată în fratele meu, iar când mi-a spus că învăţau împreună, l-am crezut. Nu îmi puteam imagina că, dintre toţi oamenii, el era cel care să mă trădeze."

Privind în urmă, Kevin se tot întreabă: „Cum de nu am văzut?" Este însă în firea omului să se agaţe de propria realitate şi să se opună distrugerii acesteia, chiar şi în faţa unor dovezi irefutabile. L-am asigurat că „neştiinţa" lui nu reprezintă un motiv de ruşine. Acest tip de evitare nu este o dovadă de prostie, ci o acţiune de autoconservare. De fapt, constituie un sofisticat mecanism de autoprotecţie, cunoscut drept „negarea traumei" — un fel de autopăcă-lire pe care o folosim când miza este prea mare şi avem prea mult de pierdut. Mintea are nevoie de coerenţă şi, prin urmare, alungă nonsensurile ce ameninţă structura vieţilor noastre. Fenomenul e şi mai pronunţat când suntem trădaţi de cei de care ne simţim cel mai apropiaţi şi pe care ne bazăm — o dovadă a faptului că mergem până în pânzele albe pentru a ne păstra legăturile, indiferent cât de periculoase ar fi ele.

într-o zi, un coleg de liceu s-a răstit la Kevin: „îţi dai seama că fratele tău se culcă cu Taylor?“ „Nu avea sens ce îmi spu-nea“, mi-a povestit băiatul, care, totuşi, după câteva minute, s-a dus într-un loc liniştit, l-a sunat pe Hunter şi l-a întrebat dacă era adevărat. „Ştia că o dăduse în bară rău de tot şi şi-a cerut iertare din tot sufletul. îmi amintesc că am plâns ore în şir, cu faţa ascunsă într-o pernă albastră. Relaţiile dintre mine şi fratele meu s-au schimbat pentru totdeauna."

în ce mi-a scris, parcă auzeam vocea băiatului de şaisprezece ani. Povestea lui este îngheţată în timp, cu detalii vii — momentul din zi, numele colegului care i-a spus umilitorul adevăr, câte minute a aşteptat înainte ca fratele lui să răspundă la telefon, culoarea pernei pe care a plâns. Psihologii numesc asta „amintiri-ecran“ — când ne fixăm pe detalii specifice pentru a camufla aspectele dureroase ale experienţei, făcând astfel trauma un pic mai uşor de suportat.

în următorul e-mail de la Kevin, am detectat alinarea, deoarece începuse să înţeleagă de ce poate să vadă mai clar perna decât chipul lui Taylor. Profunzimea trădării merge mână în mână cu profunzimea ataşamentului. Pentru multă lume, trădarea din partea unui prieten este mai răscolitoare decât trădarea din partea propriului partener. Duplicitatea lui Taylor a durut, dar cea a lui Hunter a lăsat o rană mai adâncă. Atunci când este vorba de cineva din propriul cerc social, un membru al familiei (în toate permutările intergeneraţionale posibile) sau o persoană în care am avut încredere (bonă, profesor, preot, vecin, medic), suferinţa creşte exponenţial. încotro să ne îndreptăm? Am auzit mai multe poveşti în care prietenul sau confidentul s-a dovedit a fi amantul. Cu cât sunt distruse mai multe sinapse ale coerenţei, cu atât oamenii resimt o alienare

mai accentuată şi au nevoie de mai mult timp ca să îşi revină.

Ani la rând, Kevin s-a simţit jenat şi ruşinat că a fost atât de „prost[1]‘. Prin urmare, nu a mai putut avea încredere în percepţiile sale. „De câte ori făceam sex sau mă întâlneam cu o fată, mă tot gândeam: «Trebuie să mai fie cineva în povestea asta.»“ A fost esenţial pentru el să înţeleagă că problema nu era că nu reuşise să vadă semnele, ci faptul că fratele lui îi trădase încrederea. Acum lucrează la relaţia cu Hunter. Şi a descoperit că simte compasiune pentru Kevin cel din adolescenţă, ceea ce îi permite să nu se blocheze imediat ce lucrurile devin mai serioase cu o fată care îi place.

De la suspiciune la certitudine

Certitudinea doare, dar suspiciunea care te macină este agonizantă. Când începem să suspectăm că partenerul de viaţă este duplicitar, devenim un soi de gunoieri neobosiţi, pândind toate hainele şi obiectele aruncate de acesta. Suntem superexperţi în monitorizare, observăm cea mai mică schimbare de pe chipul lui, indiferenţa din voce, mirosul neobişnuit al cămăşii, sărutul lipsit de pasiune. Amplificăm cele mai mici neclarităţi. „Mă tot întrebam de ce avea atâtea şedinţe la prima oră, când programul lui începe la zece." „Postările ei de pe Instagram nu se potriveau cu ce-mi spunea. Datele nu mint!" „Mi s-a părut ciudat că a făcut duş şi s-a dat cu deodorant înainte de a pleca să alerge." „Dintr-odată, era foarte dornică să îi invite pe Brad şi Judy la cină, când, multă vreme, nici măcar nu îi plăcuse pe cei doi." „Chiar are nevoie de telefon în baie?"

La început, păstrăm întrebările pentru noi înşine, de teamă să nu acuzăm pe nedrept, dacă greşim, şi speriaţi de-a dreptul că s-ar putea să fim obligaţi să ne confruntăm cu realitatea, dacă avem dreptate. Dar, în cele din urmă, dorinţa de a afla este mai puternică decât teama de a şti, astfel că începem să testăm şi să punem întrebări. Testăm, punând întrebări la care GPS-ul a dat deja răspunsuri de necontestat. întindem capcane. „Voi descoperi toate secretele ascunse dacă mă voi preface", cântă Figaro cel intrigant în celebra operă a lui Mozart. Acţionăm ca şi cum am şti, când, de fapt, doar ne temem. Anton i-a spus lui Josie că. are dovada că s-a culcat cu altcineva — nu are rost să mintă în continuare. „Poţi să îmi mărturiseşti. Deja ştiu totul", i-a aruncat. Dar era o cacealma. Simţindu-se prinsă cu mâţa-n sac, Josie i-a spus mai mult decât s-ar fi aşteptat el să afle. Acum nu îşi mai poate scoate imaginile din cap. (Printr-un frecvent joc al sorţii, s-a întâmplat că Josie mi-a dezvăluit mai târziu că, iniţial, suspiciunile lui Anton erau nefondate. Totuşi, pe măsură ce controlul din partea lui sporea, creşteau şi frustrările şi dorinţa ei de a evada. într-un final, când nu a mai putut suporta să fie monitorizată, a luat decizia: „Era atât de convins că îl înşelasem, încât am hotărât să o fac de-adevăratelea.“)

Uneori, tulburarea distrugătoare a îndoielii referitoare la fidelitatea unui partener este agravată de practica nemiloasă a „lămpii cu gaz“. Luni la rând, Ruby l-a întrebat pe JP dacă se întâmpla ceva, iar el îi spunea că e geloasă şi paranoică. Era pe punctul de a-1 crede, când, într-o zi, el şi-a uitat telefonul acasă. Privind în urmă, negaţiile exprimate de JP cu toată forţa ar fi trebuit să fie o dovadă suficientă. Acum Ruby se simte de două ori trădată. JP a făcut-o să se îndoiască nu doar de el, ci şi de propria sănătate mintală.

Când suspiciunea se transformă în certitudine, pentru o clipă ne putem simţi uşuraţi, apoi primim

o nouă lovitură. Momentul descoperirii lasă, adeseori, o cicatrice permanentă. Cum ai descoperit adulterul? Ai găsit adresa de e-mail a soţului tău în baza de date a site-ului de dating Ashley Madison? A avut cineva grijă să te informeze? Sau ai dat nas în nas cu realitatea? Simon şi-a surprins soţia în pat cu antreprenorul, în propriul său dormitor. De atunci, nu a mai dormit acolo.

Jamiere era pregătită pentru descoperire, dar nu şi pentru modul în care s-a petrecut. A recunoscut semnele, căci Terrence îi mai făcuse asta: brusc, petrecea mai mult timp în faţa oglinzii, era mai interesat să aibă cămăşi noi şi unghiile curate, şedinţele de urgenţă de la birou deveneau din ce în ce mai dese. „Mă gândeam că a doua oară ar trebui să se descurce mai bine, dar a făcut aceleaşi greşeli." Şi totuşi, el a negat cu fermitate. într-un final, Jamiere a găsit dovada: un e-mail de la soţul femeii. „Mi-a trimis o serie de mesaje schimbate de ei, care includeau şi câteva comentarii foarte răutăcioase despre mine. Cum că Terrence era dezgustat că mă îngrăşasem enorm când am făcut gemenii. Că aveam dinţii strâmbi. Accentul meu de ghetou. Atâta dispreţ şi batjocură, încât mi-a venit să vomit."

Jamiere era furioasă din cauza tonului din mesajele lui Terrence, dar şi pentru că îi fuseseră trimise fără să le ceară şi fără să fie „cosmetizate". Hotărâtă să nu mai lase niciun bărbat să o manipuleze, i-a spus totul lui Terrence. Apoi i-a scris individului care hotărâse, unilateral, să îi arunce în braţe textele ofensatoare, pretinzând că era spre binele ei, când, de fapt, mesajul era o „răzbunare[11]. Acum, munca noastră se concentrează pe reclădirea stimei de sine.

Secrete, bârfe şi sfaturi nedorite

Nu doar că oamenii descoperă secretele partenerilor, dar se întâmplă şi să devină, fără voia lor, actori în povestea trădării. Temându-se să vorbească cu prietenii, părinţii, copiii, colegii, vecinii şi, în unele cazuri, cu persoane din media, cei trădaţi devin complici la secret. Acum şi ei trebuie să mintă —pentru a-1 proteja exact pe partenerul care i-a minţit.

„Stăteam cu două perechi identice de cercei în mână, mi-a povestit Lynn. L-am întrebat de ce mi-a cumpărat de două ori acelaşi cadou, când adevărul mi-a sărit, pur şi simplu, în ochi. Şase ani cu secretara lui. Asta înseamnă o mulţime de perechi de cercei în dublu exemplar."

Lynn şi Mitch au hotărât să rămână împreună de dragul copiilor. Şi tot de dragul copiilor, ea a păstrat secretul. „Nu vreau să ştie nimeni, mi-a spus Lynn. Adică acum eu sunt cea care minte. Mi-am minţit părinţii şi propriile fiice. Fac gofre dimineaţa şi îl sărut de la revedere, ca într-o zi obişnuită. Ce clovnerie! Vreau să le protejez pe cele mici, dar, în cele din urmă, simt că îl protejez pe el —nu e ciudat?" Secretul ascuns de Mitch a devenit acum secretul pe care Lynn trebuie să îl ascundă de ceilalţi. Bărbatul pare eliberat după dezvăluire, iar soţia lui este cea care se simte întemniţată. Uneori, trebuie să îşi amintească sieşi faptul că nu ei îi aparţine vinovăţia.

Ceea ce ar putea să îi ajute atât pe Lynn, cât şi pe Mitch este să îşi aleagă cu atenţie unul sau doi confidenţi de încredere, astfel încât rana să nu se infecteze. Poate că nu vor dori să informeze tot satul, dar eliminarea ruşinii produse de tăcere este foarte importantă. Invitarea a unu-doi oameni ca martori ai suferinţei lor lasă să intre puţin aer într-o situaţie care e închisă ermetic.

Când secretul a fost dezvăluit, adeseori se întâmplă ca durerea să fie amplificată de pedeapsa dezaprobării şi a compătimirii sociale. Ditta le urăşte pe toate acele mame de la şcoală care se uită la ea cu falsă compasiune în timp ce, în secret, se bucură că nu li s-a întâmplat lor. „Cum de nu şi-a dat seama? La ce se aştepta, dacă lucrează pe patru continente şi îl lasă singur cu copiii?", şuşotesc ele. Vocea colectivă a condamnării merge de la critica moderată până la învinovăţirea completă a victimei — pentru că „a permis" să se întâmple, pentru că nu a făcut destul ca să prevină, pentru că nu a văzut când se întâmpla, pentru că a lăsat să se întâmple atâta vreme şi, evident, pentru că nu a plecat după tot ce s-a petrecut. Bârfele se iţesc la toate colţurile.

Adulterul nu doar că poate distruge o căsnicie, însă are şi puterea de a destrăma o întreagă ţesătură socială. Traiectoria lui emoţională tinde să se intersecteze cu multe alte relaţii — prieteni, familie, colegi. După nouă ani, Mo nu va mai merge în excursia anuală cu caiace, alături de prietenii lui. Tocmai a aflat că unul dintre ei fusese iubitul soţiei sale, că altul le pusese la dispoziţie un loc pentru întâlniri, iar al treilea fusese martorul tăcut. Trădat din toate părţile, se întreabă: „Şi acum cu cine să vorbesc?"

Pentru aceşti oameni, rănile specifice sunt ruşinea şi izolarea. Dezvăluirea unei relaţii extraconjugale îl poate pune pe partenerul afectat într-o situaţie dificilă: este momentul în care are nevoie maximă de ceilalţi pentru consolare şi susţinere, dar exact acum nu se simte în stare să ceară aceste lucruri. Incapabili să facă apel la sprijinul prietenilor, cei trădaţi se simt de două ori mai singuri.

Izolarea socială şi tăcerea sunt dificil de îndurat, dar la fel este şi sfatul venit din partea celorlalţi. Adeseori, prietenii emit cu prea multă uşurinţă judecăţi pripite, dau soluţii simpliste, fac afirmaţii nedorite, de genul: „Oricum, mie nu mi-a plăcut niciodată ea/el!“ în cazurile extreme, prietenii şi familia sunt atât de scandalizaţi şi vocali, încât îi iau locul victimei, lăsându-1 pe partenerul înşelat în poziţia ciudată de a o apăra chiar pe persoana care i-a făcut rău. „Tot ce auzeam de la maică-mea era «Ţi-am spus eu», urmat de o lungă listă cu defectele Sard, pe care, evident, le văzuse de la bun început", mi-a povestit Arthur, zâmbind cu amărăciune. M-am trezit spunându-i să înceteze şi amintindu-i ce mamă minunată era Sara şi cât de mult muncea. Apoi mi-am zis, hei, stai puţin: eu sunt cel care a fost rănit!"

Toată lumea pare să ştie exact ce trebuie făcut. Prietenii îţi oferă o canapea pe care să dormi, vor să te ajute să îţi faci bagajele sau să îi faci bagajele, să schimbi yala, să ia copiii peste weekend. îţi trimit numere de telefon ale unor terapeuţi, mediatori, detectivi, avocaţi. Uneori, exact de asta este nevoie. Dar în alte cazuri, deşi toate gesturile amintite sunt bine intenţionate, nu reuşesc să facă loc pentru a vedea toate implicaţiile problemei.

„De ce acum?"

Adulterul doare destul de tare, însă, uneori momentul când are loc este mai important decât fapta în sine. „Bebeluşul nostru avea doar două luni!“ este o plângere des întâlnită, la fel ca: „Tocmai pierdusem o sarcină!" Lizzy era într-al treilea trimestru de sarcină când a aflat despre relaţia lui Dan. Dar a simţit că nu poate spune nimic, pentru că i-ar fi făcut rău fătului şi ar fi rupt-o de mica fiinţă care creştea în corpul ei. Tot ce dorea era ca bebeluşul să nu fie contaminat de energii

negative.

„Mama era pe moarte, iar soţia mea şi-o trăgea cu un ratat", mi-a povestit Tom. Drake ştie că nu momentul contează, dar asta nu-i uşurează situaţia: „Faptul că am aflat asta când sărbătoream zece ani de căsnicie este irelevant, dar este de o ironie chinuitoare, care mă face să sufăr şi mai intens."

Când momentul are o însemnătate deosebită la nivel personal, accentul se pune pe „cum a putut să îmi facă asta atunciV' Iar atunci aproape că este mai important decât ce anume.

„Nu te-ai gândit la mine?"

în unele cazuri, ceea ce doare cel mai tare este duplicitatea intenţionată —gradul de planificare de care a fost nevoie pentru a clădi o serie calculată de minciuni. Intenţia indică faptul că partenerul infidel a pus în balanţă dorinţele şi consecinţele şi a hotărât să meargă, totuşi, mai departe.

Mai mult, investiţia majoră de timp, energie, bani şi ingeniozitate indică o motivaţie conştientă de urmărire a obiectivelor personale în defavoarea partenerului sau a familiei.

„Explică-mi asta, i-a cerut Charlotte lui Steve, după ce a descoperit incursiunile lui sofisticate în lumea escortelor de lux. Cum ai ajuns la târfa asta? Aveai 5 000 de dolari cu care nu ştiai ce să faci? Sau te-ai dus de zece ori la banco-mat ca să îi scoţi? Ştiai deja cât costă? îi eşti client regulat?" Fiecare pas premeditat către prostituată însemna o doză de dispreţ în plus faţă de soţia lui. Sunt numeroase lucruri pentru care Charlotte este furioasă când vine vorba despre escapadele lui Steve, dar ceea ce o sfâşie pur şi simplu este modul în care a şters-o din planurile lui.

Nu se gândea la ea când mergea la serviciu? Sau când savura nişte gustări? Când schimba aşternuturile? Când ducea gunoiul? „Descoperirea a fost dureroasă în sine, mi-a spus Charlotte, dar, când mi-am dat seama câtă energie şi planificare a implicat, atunci am fost pur şi simplu distrusă. Nu e de mirare că avea atât de puţin timp şi energie pentru noi.“

Charlotte înţelege dorinţa, şi a avut şi ea ocazia de a călca strâmb. Dar nu i-a dat curs niciodată., „Ştiu ce ai făcut, pentru că exact asta nu am făcut eu, i-a spus ea lui Steve. Când am fost la doi paşi, nu am putut să o fac pentru că n-am putut să îmi iau gândul de la tine. Ştiam cât de tare o să te doară. Cum de tu nu ai ştiut asta? Sau pur şi simplu nu ţi-a păsat?"

Adulterul atent premeditat doare îngrozitor, dar şi scenariul opus poate produce o mare suferinţă. în acest caz, este vorba despre adulterul din întâmplare. „Mi-a spus că a fost doar o aventură, că nu însemna nimic, mi s-a confesat Rick, zâmbind cu amărăciune. Şi i-am replicat: «Asta ar trebui să mă facă să mă simt mai bine? Că m-ai făcut să sufăr atât de tare din cauza unei aventuri care nu a însemnat nimic?»“

„Am fost doar un surogat pentru adevărata lui iubire?"

Azi, cei mai mulţi dintre noi ştim că nu vom fi prima dragoste a partenerului ales, dar sperăm să fim ultima. Putem accepta că iubitul/iubita a avut alte relaţii, ba chiar şi alte căsnicii, dar ne place să le considerăm ca fiind trecătoare, ţinând de domeniul trecutului. S-au terminat pentru că nu erau adevărate. Ştim că nu am fost singurii, dar credem că suntem unicul/unica. Din această cauză, o întâmplare extrem de dureroasă din odiseea infidelităţii este reaprin-derea unei vechi iubiri.

Helen şi Miles sunt împreună de optsprezece ani, fiind căsătoriţi de paisprezece. Dar Miles are, de doi ani, o relaţie cu fosta lui soţie, Maura, care aproape că l-a distrus când a plecat cu alt bărbat. „De ce ea? — se frământă neîncetat Helen. De ce fosta? L-a făcut să sufere atât de tare! Logic ar fi să nu mai vrea să aibă de-a face cu ea.“ Când l-am întrebat pe Miles, mi-a mărturisit că nu acceptase niciodată că nu îl mai iubea şi că o parte din el încă mai crede că relaţia lor este condusă de destin. „După o groază de ani, am dat peste ea când eram în excursie pe traseul de drumeţii Pacific Crest. Ce şanse erau să ne reîntâlnim?"

Helen a ştiut întotdeauna că Maura a fost prima iubire a lui Miles — s-au căsătorit în facultate şi au stat doisprezece ani împreună. Iar acum îşi pune tot felul de întrebări: „M-a iubit vreodată cu adevărat? Dincolo de copii şi de tot ceea ce am construit laolaltă, am fost eu aleasa? Sau tot ea a rămas în această postură? Poate că eu am fost doar un surogat pentru adevărata lui iubire.” E dificil să fii înlocuit, dar când fostul revine în peisaj, ai sentimentul că, poate, te lupţi cu destinul implacabil.

Bebeluşi şi teste de paternitate

Există un unic punct în care adulterul se apropie de tema vieţii şi a morţii, a naşterii şi a bolii. Ştim bine că un moment de pasiune poate lăsa urme asupra unor întregi generaţii. în istorie, consecinţele inevitabile ale adulterului erau copiii nelegitimi. Excepţia de azi era norma de ieri. în ciuda metodelor contraceptive, există încă o mulţime de cazuri în care putem vedea dovada vie a legăturii vinovate, care aduce şi mai multă ruşine şi funcţionează ca memento pe termen lung. Bărbaţii cresc copii pe care nu ei i-au conceput. „în majoritatea timpului nu mă gândesc la asta. Sunt tatăl ei — şi gata. Dar, din când în când, sufăr ştiind că această fetiţă pe care o iubesc mai mult decât orice pe lume poartă ADN-ul bărbatului pe care îl dispreţuiesc.” Femeile trăiesc ştiind că partenerii lor au făcut copii cu altele. „Iniţial, el nu a vrut copii. Când ne-am gândit să încercăm, era prea târziu, chiar şi pentru fertilizare in vitro. A fost dureros să acceptăm că nu vom avea copii, însă am crezut că am depăşit împreună impasul. Şi acum aflu nu doar că se consolează cu o femeie mai tânără, dar şi că aceasta e pe cale să-i ofere singurul lucru pe care eu nu i l-am putut da. Respectiva femeie mi-a trimis câteva ecografii, supărată fiind când el i-a spus că nu mă părăseşte. Pot accepta adulterul, dar nu şi copilul.”

Adulterul poate da naştere unei noi vieţi, dar poate şi să pună viaţa în pericol. în vremurile noastre, a devenit o practică-standard ca partenerul infidel să fie trimis să îşi facă analizele pentru boli cu transmitere sexuală. Doar că uneori este prea târziu. La început, Tim a fost supărat să afle despre multiplele aventuri ale lui Mike. îi spusese clar că vrea o relaţie monogamă. Ca şi cum suferinţa nu ar fi suficientă, acesteia i se adaugă şi umilinţa, căci Tim aşteaptă neliniştit rezultatele analizelor de sânge. „Am făcut întotdeauna sex cu prezervativ. Cel mai greu îmi e

să înţeleg lipsa lui de grijă pentru sănătatea mea şi faptul că ne-a pus pe amândoi în pericol. Am un gol în stomac de fiecare dată când mă gândesc la asta. Şi tot nu ştiu dacă îi pare rău că a facut-o, sau îi pare rău că a fost prins.“

Preţul adulterului

Condiţiile economice joacă un rol important în modul în care trăim trădarea şi reacţionăm la ea. Pentru partenerul dependent financiar, poate fi într-adevăr o situaţie din categoria „nu îmi pot permite să plec". Pentru cel care aduce bani în casă, ideea că: „Am muncit toţi aceşti ani pentru tine şi familie, iar tu mă părăseşti pentru altcineva (şi va trebui să îţi plătesc şi pensie de întreţinere)" poate fi imposibil de acceptat. Pentru ambii parteneri, miza nu este doar familia şi viaţa construite împreună, ci şi stilul de viaţă cu care s-au obişnuit. Când tânărul Devon a înşelat-o pe Annie a doua oară, aceasta i-a spus că are douăzeci şi patru de ore să plece din apartamentul ei. „Eu plătesc toate facturile, inclusiv rata la maşină, ca el să poată să îşi vadă de muzică. Am fost generoasă cu un nesimţit, dar, gata, s-a terminat cu asta", mi s-a confesat Armie mai târziu.

Libertatea ei economică este un amortizor care îi oferă o gamă de opţiuni greu de accesat pentru mulţi alţii.

Darlene nu poate participa la întâlnirile unui grup de sprijin deoarece nu îşi permite o bonă la copii. Ea nu spune: „Gata, s-a terminat!" Ea spune: „Sunt prinsă în capcană!" Nu este pregătită să plece, în ciuda sfaturilor primite de la mai mulţi terapeuţi şi de la membri ai congregaţiei ei. Prin urmare, încercăm să îi găsim o altă biserică, cu un preot care să o susţină, plus o comunitate online care să îi respecte alegerea şi să o asculte. Până când îşi va găsi un spaţiu în care să gândească de una singură, nu prea poate analiza diferitele opţiuni disponibile.

Edith trecuse bine de cincizeci de ani când a descoperit obiceiul soţului ei de a merge la prostituate, lucru care se întâmpla de zeci de ani. O îngrozeşte fapta în sine, dar ceea ce o supără cel mai tare este partea financiară. „Nu vreau să par mercantilă, mi-a mărturisit, dar douăzeci de ani de sex pe bani... atât ar fi costat ipoteca!" Stând acasă, în apartamentul lor cu două camere închiriat, cu chitanţele de la cârdul de credit în faţă, zecile de mii de dolari dor mai intens decât sexul pe care l-au plătit.

Bani. Copii. Boli cu transmitere sexuală. Premeditare. Neatenţie. Ruşine. îndoială de sine. Bârfă şi judecată. O persoană, un gen, un moment, un loc, un context social anume. Dacă acest scurt compendiu al poveştilor de groază ale iubirii ne arată ceva, atunci acest ceva este că, deşi toate trădările au trăsături comune, fiecare experienţă rămâne unică. Nu facem nimănui un serviciu când reducem relaţiile extraconjugale la sex şi minciuni, lăsând deoparte multe alte elemente constitutive care dau nuanţele suferinţei şi care, totodată, ajută la vindecare.

CAPITOLUL 6 Gelozia: scânteia erosului

Monstrul cu ochii verzi produce multă suferinţă, dar absenţa acestui şarpe urât indică prezenţa unui cadavru numit Eros.

Minna Antrim

I.: Există vreun secret pentru relaţiile pe termen lung?

R.: Infidelitatea. Nu acţiunea în sine, ci ameninţarea infidelităţii. Pentru Proust, o injecţie cu gelozie este singurul lucru capabil să salveze o relaţie distrusă de obişnuinţă.

Alain de Botton, Cum îţi poate schimba Proust viaţa'

EURIPIDE, OVIDIU, SHAKESPEARE, Tolstoi, Proust, Flaubert, Stendhal, Lawrence, Austen, Bronte, Atwood — nenumăraţi giganţi ai literaturii s-au aplecat asupra subiectului infidelităţii. Şi poveştile continuă să curgă, din stilouri noi. în centrul multora dintre aceste lucrări se află una dintre cele mai complexe emoţii, gelozia — „acea [1] combinaţie bolnăvicioasă de posesivitate, suspiciune, furie şi umilire [care] îţi poate pune stăpânire pe minte şi îţi poate ameninţa însăşi fiinţa în timp ce îţi priveşti rivalul"[31], după cum a descris-o antropologul Helen Fisher, într-adevăr, canonul literaturii, laolaltă cu teatrul, opera, muzica şi filmul, ar fi aproape anulate dacă ar fi să înlăturăm infidelitatea şi obsedantul ei pandant, gelozia. Paginile şi scenele maeştrilor sunt pline de personaje chinuite de cea mai înfiorătoare şi mai primejdioasă emoţie.

Şi totuşi, mai ales aici, în Statele Unite, când infidelitatea intră în cabinetul terapeutului, brusc gelozia dispare. Colegele mele, terapeutele braziliene Michele Scheinkman şi Denise Werneck, specializate în problemele de cuplu, subliniază această diferenţă interesantă: „Literatura despre infidelitate se referă la impactul trădărilor şi al adulterelor din perspectiva traumei mărturisirii şi a descoperirii, a confesiunii, a deciziilor cu privire la a treia parte, a iertării şi a reparării — toate, chestiuni legate de o situaţie concretă de trădare, aici şi acum. Totuşi, ea nu se referă la gelozie. Cuvântul lipseşte din cuprinsul şi indexul celor mai citite cărţi despre infidelitate."[32]

Scheinkman şi Werneck sunt în mod special interesate de diferenţele culturale în interpretarea geloziei: „Recunoscută în întreaga lume ca o motivaţie pentru crimele pasionale, în unele culturi gelozia este înţeleasă ca fiind o forţă distructivă care trebuie stăpânită, în timp ce, în altele, este concepută ca un element însoţitor al iubirii şi un paznic al monogamiei, esenţial pentru protejarea uniunii cuplului."[33]

Experienţa mea profesională din Statele Unite şi din alte ţări confirmă observaţiile lui Scheinkman şi Werneck. în

America Latină, termenul „gelozie“ apare de la bun început. „în cultura noastră, gelozia este chestiunea esenţială, mi-a explicat o femeie din Buenos Aires. Vrem să ştim: mă mai iubeşte? Ce are ea şi nu am eu?“

„Şi cu minţitul cum rămâne?'[1], am întrebat. Femeia a râs, nepăsătoare. „Minţim de când au venit spaniolii!"

Astfel de culturi tind să pună accentul pe pierderea iubirii şi pe dispariţia erosului, iar nu pe trădare. Prin urmare, gelozia este, în cuvintele Giuliei Sissa, istoric şi filozof italian, „o criză de furie erotică"[34]. La Roma, simpaticul Ciro, în vârstă de douăzeci şi nouă de ani, mi-a povestit cu

o satisfacţie răutăcioasă că are de gând să scurteze noaptea pe care iubita lui o va petrece cu amantul: îi va tăia cauciucurile de la maşină. „Cel puţin nu o să mai fiu obligat să mi-o imaginez în braţele lui; o să îi văd cum aşteaptă vehiculul de remorcare în ploaie."

Totuşi, în SUA şi în alte culturi anglo-saxone (în majoritate protestante), oamenii sunt extrem de discreţi cu privire la această boală perenă a iubirii. în schimb, vor să vorbească despre trădare, încredere încălcată şi minciuni. Gelozia este negată, pentru a proteja superioritatea morală a victimei. Ne mândrim că suntem deasupra unui sentiment atât de mărunt, înrudit cu dependenţa şi slăbiciunea. „Eu, gelos? Niciodată! Sunt doar furios!" Stuart, pe care l-am întâlnit într-un avion venind de la Chicago, recunoaşte că Ta deranjat să o vadă pe prietena lui flirtând cu un tip chiar sub nasul lui. „Nu i-aş spune niciodată că sunt gelos, mi-a mărturisit. Nu vreau să creadă că are atât de multă putere asupra mea." O informaţie: ceea ce Stuart nu înţelege este că ne putem strădui să ne ascundem sentimentele de gelozie, dar cel care le inspiră ştie întotdeauna asta şi, uneori, pune paie pe foc cu plăcere maximă.

Gelozia nu a fost negată întotdeauna. Sociologul Gordon Clanton a analizat articolele pe această temă apărute în reviste americane populare, timp de patruzeci şi cinci de ani.[35] Până în anii 1970, gelozia era văzută ca o emoţie naturală, intrinsecă iubirii. Sfaturile la temă le erau adresate exclusiv femeilor, care erau încurajate să o controleze (când era vorba despre gelozia lor) şi să evite să o provoace (când era vorba de soţii lor). După 1970, interesul pentru gelozie a dispărut, aceasta începând să fie văzută ca o rămăşiţă anacronică dintr-un model de căsnicie învechit, în care proprietatea era elementul central (pentru bărbaţi), iar dependenţa era inevitabilă (pentru femei).

în vremurile noi ale alegerii libere şi ale egalitarismului, gelozia şi-a pierdut legitimitatea şi a devenit un motiv de ruşine. „Dacă te-am ales liber, dându-i la o parte pe toţi ceilalţi, şi dacă tu m-ai ales liber, nu ar trebui să simt nevoia de a fi posesiv."

După cum arăta Sissa în recenta ei carte dedicată acestui subiect, gelozia conţine un paradox — trebuie să iubim ca să fim geloşi, dar, dacă iubim, nu ar trebui să fim geloşi.[36] Şi totuşi suntem. Toată lumea vorbeşte urât despre gelozie. Prin urmare, o trăim ca pe o „pasiune inadmisibilă". Nu doar că ni se interzice să recunoaştem că suntem geloşi, dar nici nu ni se permite să simţim gelozie. Sissa ne avertizează că, în vremurile noastre, gelozia este incorectă politic.

Reechilibrarea socială din jurul geloziei a făcut parte din schimbarea importantă referitoare la privilegiile patriarhale, dar poate că lucrurile au mers prea departe. Idealurile noastre culturale sunt uneori mai „grăbite" decât temerile umane. Poate că nu reuşesc să explice vulnerabilitatea inerentă iubirii şi nici nevoia inimii de a se apăra. Când ne punem toate speranţele într-o singură persoană, dependenţa noastră creşte. Indiferent dacă o recunoaşte sau nu, fiecare cuplu trăieşte în umbra unui al treilea personaj şi, intr-un fel, această prezenţă ascunsă a potenţialilor „alţii" consolidează legătura, în cartea sa Monogamy, Adam Phillips scria: „Când suntem doi, suntem împreună. Pentru a forma un cuplu, trebuie să fim trei."[37] Ştiind asta, sunt mai înţelegătoare cu sentimentele intransigente pe care iubiţii moderni caută să le înăbuşe.

Gelozia este plină de contradicţii. După cum a surprins pana caustică a lui Roland Barthes,

gelosul „suferă de patru ori: pentru că sunt gelos, pentru că mă învinovăţesc că sunt gelos, pentru că mă tem că gelozia mea îl va răni pe celălalt, pentru că îmi dau voie să fiu subiectul unei poveşti banale; sufăr fiindcă sunt exclus, fiindcă sunt agresiv, fiindcă sunt nebun şi fiindcă sunt banal."[38]

Mai mult, în timp ce ezităm în a ne recunoaşte propria gelozie, ne putem îngrijora cu privire la gelozia partenerilor. „Cine nu este gelos nu este îndrăgostit", scria Sfântul Augustin şi, când vine vorba despre ceilalţi, avem tendinţa de a fi de acord cu autorul citat, chiar dacă nouă înşine nu ne aplicăm aceeaşi logică. îmi amintesc scena din Butch Cassidy and the Sundance Kid, când Butch, interpretat de Paul Newman, o ia pe Etta, iubita prietenului său Sundance, la o plimbare cu bicicleta, într-o dimineaţă. O lasă la ea acasă şi se îmbrăţişează. Sundance (Robert Redford) apare în uşă şi întreabă: „Ce faci?" „îţi fur iubita", răspunde Butch. „Ia-o“, spune Redford, cu indiferenţa lui caracteristică. îmi amintesc că am văzut această scenă când eram mică şi că, în timp ce toată lumea părea să aprecieze acea dovadă de încredere frăţească, eu mă întrebam: oare fata nu s-ar fi simţit mai iubită dacă el s-ar fi opus?

Dilema posesivităţii

Polly m-a căutat peste Atlantic. Convinsă de moralitatea absolută a lui Nigel, dovedită în peste treizeci de ani, fusese şocată să descopere că până şi el putea fi victima unui „tonic“ pentru vârsta mijlocie, sub forma unei tinere pe nume Clarissa. „Aş fi jurat pe propria viaţă că îmi este fidel", mi-a spus Polly. Dar acest tată mândru, cu patru copii, nu considera că are o aventură — era îndrăgostit şi se gândea foarte serios să o părăsească pe Polly şi să înceapă o viaţă nouă. Spre marea lui deznădejde, amanta cu ochii negri a ajuns la concluzia că bărbatul venea cu prea mult bagaj, aşa că a preferat o variantă mai simplă. Nigel s-a întristat, dar a fost şi oarecum eliberat. A hotărât să se întoarcă acasă, terminând ceea ce acum numeşte „o nebunie temporară".

în prima mea şedinţă de terapie cu aceşti doi britanici care se apropiau de cincizeci de ani, am aflat mai multe despre cealaltă femeie decât despre ei. Polly a vorbit neîncetat despre amantă.

„Aş vrea să mi-o pot scoate din cap pe femeia aia, mi-a mărturisit Polly, dar îmi tot vin în minte scenele pe care le descria în e-mailurile către ea. Vreau ca el să îi spună că a fost doar o pasiune fizică nebunească. îmi imaginez că se simte mândră de traiul împreună, convinsă că era mai important decât legătura lui Nigel cu mine. Cred că el ar trebui să lămurească lucrurile — să îi spună că mă iubeşte pe mine, nu pe ea. Poate că asta m-ar elibera de traumă.[11] I-am auzit durerea, dar, în ceea ce solicita, am auzit şi vocea inconfundabilă a geloziei.

Când am formulat ideea, Polly s-a simţit dată în vileag. Nu a negat, însă era evident că fierbea pe dinăuntru. Gelosul ştie că nu este un personaj simpatic şi că suferinţa lui va atrage mai mult critică decât compasiune. Prin urmare, ceea ce Proust numea „demonul care nu poate fi exorcizat"[39] a pornit în căutarea unui vocabular acceptabil din punct de vedere social. „Traumă", „gânduri obsesive", „flashbackuri", „idei fixe", „insomnii" şi „traumă de ataşament" sunt termeni din vocabularul modern pentru iubirea trădată. Acest cadru de tulburare de stres posttraumatic ne legitimează suferinţa, dar o şi dezbracă de esenţa ei romantică.

Am liniştit-o pe Polly: gelozia ei este o reacţie naturală şi nu are de ce să se ruşineze. A recunoaşte gelozia înseamnă a recunoaşte iubirea, competiţia şi comparaţia — toate scoţând la iveală vulnerabilitatea. Iar acestea sunt şi mai profunde când te expui celui care te-a rănit.

„Monstrul cu ochii verzi" ne bântuie în punctele cele mai lipsite de apărare şi ne pune în contact direct cu nesiguranţele noastre, cu teama de pierdere şi cu lipsa valorii de sine. Nu este gelozie iluzorie sau patologică (uneori numită „monstrul cu ochii negri"): în aceste cazuri, suspiciunile nefondate sunt alimentate mai mult de traume din copilărie decât de motive prezente. Aici avem de-a face cu acea gelozie intrinsecă iubirii şi, prin urmare, infidelităţii. în acest cuvânt simplu sunt cuprinse o mulţime de sentimente şi de reacţii intense, care pot merge de la jale, îndoială de sine şi umilire până la posesivitate şi rivalitate, provocare şi excitaţie, represalii şi răzbunare, ba chiar până la violenţă.

Am rugat-o pe Polly să îmi spună mai multe despre ceea ce simte. „Uneori mă simt de parcă aş fi premiul de conso-lare“, a recunoscut. Ca femeie a vremurilor moderne, vrea mai mult. „Vreau ca ea să ştie că Nigel s-a întors pentru că mă iubeşte pe mine, nu pentru că se simte vinovat, nu din datorie, nu pentru că l-a părăsit."

Iată-ne prinşi în dilema posesivităţii. Dorinţa de a poseda şi de a controla este, brusc, parte din foamea de iubire şi, de asemenea, o perversiune a acestui sentiment. Dorim să ne forţăm partenerii să se întoarcă la noi, dar nu vrem să revină doar din obligaţie; vrem să ne simţim aleşi. Ştim că iubirea lipsită de libertate şi dispusă să cedeze nu este iubire. Totuşi, ne sperie gândul de a face loc pentru acea libertate.

Dacă i-aş fi întâlnit pe Polly şi Nigel cu câţiva ani în urmă, aş fi fost atentă tot la traumă şi trădare şi nu aş fi înţeles povestea iubirii geloase. îi sunt recunoscătoare cărţii lui Scheinkman pentru că a adus o lumină nouă asupra acestei emoţii abandonate şi pentru că mi-a amintit faptul că, la urma urmei, infidelitatea nu este doar despre contracte încălcate, ci şi despre inimi frânte.

Traumă sau dramă?

Având în vedere spiritul vremurilor în care trăim, este important să recunoaştem locul central ocupat de iubire în discursul modern despre infidelitate, gelozia fiind o poartă de intrare în conversaţie. Evident, uneori, gelozia poate merge prea departe — consumându-ne şi distru-gându-ne şi, în cazuri extreme, ducând la agresivitate şi chiar la agresiune fizică. Dar în alte cazuri, gelozia poate fi ultimul tăciune de eros aprins într-o relaţie care s-a stins şi, prin urmare, o modalitate de a reaprinde focul.

„Gelozia este umbra iubirii"[40], scria Ayala Pines în Romantic Jealousy: Causes, Symptoms, Cures, pentru că gelozia ne spune că ne apreciem partenerul şi relaţia cu acesta. Introducând ideea în şedinţele mele, le amintesc cuplurilor precum Polly şi Nigel că adulterul nu este doar o încălcare a unui contract, ci şi o urmare a iubirii decedate.

Sissa a descris gelozia ca fiind „un sentiment onest", pentru că nu se poate ascunde. „îşi poartă cu îndrăzneală suferinţa şi are modesta demnitate de a-şi recunoaşte vulnerabilitatea , a comentat

ea.[41] Dacă vom căuta originile cuvântului, vom ajunge, în mod interesant, la termenul grecesc zelos, care înseamnă „zel". îmi place acest concept, deoarece astfel le pot oferi oamenilor ceva pentru care să lupte, nu un motiv de victimizare.

Multe cupluri acceptă cu bucurie această reformulare — cei doi preferă să se vadă ca protagonişti ai unei poveşti de dragoste triste, decât ca membri ai unei instituţii care a dat faliment. încălcarea articolului din contract care spune că „eşti soţul meu şi îmi datorezi fidelitate" nu mai este atât de importantă în era fericirii personale. Scenariul „te iubesc şi te vreau înapoi", chiar dacă riscant, are energie emoţională şi erotică şi oferă demnitate suferinţei.

„E o nebunie ca aventura lui să mă excite?“

„Uneori, când facem dragoste, îmi imaginez că sunt ea — o barmaniţă voluptuoasă de treizeci şi cinci de ani, cu sâni mari şi cu un accent cam vulgar." Odată ce Polly a depăşit ezitarea iniţială, a început să vorbească liber

despre imaginaţia ei geloasă. „Suntem goi în spatele tejghelei, când barul s-a închis, ascunşi în tufişurile din parc, în apele oceanului, sub lumina lunii, târziu în noapte. Este excitant. Mi-am dorit întotdeauna să facă astfel de lucruri cu mine — să mă dorească atât de tare, încât să rişte să fie prins. Acum simt că mi-au furat fanteziile. E o nebunie ca aventura lui să mă excite? Apoi mă simt umilită. Dar mă gândesc tot timpul la ea."

Mi-a mărturisit că şi-ar dori ca Nigel să facă dragoste cu ea aşa cum făcea cu Clarissa. „Vreau să ştiu cum se simţea", mi-a explicat. Mă întreb însă dacă acesta este adevărul. „Mie mi se pare că vrei să ştii dacă se poate simţi cu tine aşa cum se simţea cu ea \ i-am spus lui Polly.

Am întrebat-o cum este viaţa lor sexuală după descoperirea adulterului. „Mai intensă decât a fost vreodată — frenetică, pasională şi grăbită", mi-a mărturisit, uşor jenată, Polly.

Multe dintre cuplurile pe care le întâlnesc se ruşinează să recunoască încărcătura erotică intensă care urmează, uneori, după descoperirea unui adulter. „Cum pot dori pe cineva care mi-a înşelat încrederea? Sunt furioasă pe tine, dar vreau să mă ţii în braţe." Şi totuşi, nevoia de contopire fizică cu cel care tocmai ne-a abandonat este surprinzător de frecventă.

Erosul nu se conformează gândirii noastre raţionale. în The Erotic Mind, sexologul Jack Morin a identificat „cele patru pietre de temelie ale erotismului"[42]. Dorul — dorinţa de ceva ce nu e prezent — este cea dintâi. Prin urmare, putem înţelege de ce teama de pierdere produsă de infidelitate poate reaprinde flăcări care, în unele cazuri, se stinseseră cu ani în urmă. Mai mult, pentru unii ca Polly, imaginile obsesive cu trupurile îmbrăţişate ale amanţilor sunt ele însele afrodiziace. Se ştie că gelozia face minuni. Nigel a aruncat o poveste pasionantă în mijlocul relaţiei, iar aceasta a acţionat ca o infuzie sexuală. Mărturisirea lui Nigel că a fost mai mult decât o simplă aventură a excitat-o şi mai tare pe Polly. Gelozia este, într-adevăr, o pedeapsă erotică, iar faptul că ne împinge la lupte pe viaţă şi pe moarte nu este doar un simptom al traumei, ci şi rezultatul iubirii înşelate. în cazul lui Polly, intuiesc că se poate dovedi esenţială în renaşterea căsniciei.

„E ca a ta, dar mai dulce"

Sigur, infidelitatea nu este întotdeauna un motiv de excitare, fiind adeseori exact opusul. Inima geloasă este plină de întrebări. Şi cu cât săpăm mai mult pentru a descoperi fiecare detaliu sexual, cu atât ne poate confirma comparaţiile defavorabile. în filmul Closer, din 2004, în regia lui Mike Nichols, Larry (Clive Owen) o întreabă pe soţia lui, Anna (Julia Roberts), după ce află de lunga ei relaţie cu Dan (Jude Law): „Ai facut-o aici? Când? Ai avut orgasm? De câte ori? Cum? în ce poziţii?"

O urmăreşte prin apartament, în timp ce ea îşi îmbracă haina. întrebările lui explicite sunt din ce în ce mai multe, iar răspunsurile pe care le primeşte îl înfurie din ce în ce mai tare. într-un final, în pragul uşii, Anna se întoarce către el: „Facem tot ce fac oamenii atunci când fac sex!“

El nu este mulţumit. „îţi place să i-o sugi? îţi place scula lui? îţi place să îţi ejaculeze pe faţă? Ce gust are sperma lui?“

Exasperată, Anna ţipă la el: „E ca a ta, dar mai dulce!"

Furia lui se domoleşte şi se transformă în sarcasm amar: „Exact. Acum cară-te de aici şi mori!“ „Gelozia se hrăneşte cu îndoieli şi devine furie sau se stinge de îndată ce îndoielile devin certitudine"[43], scria François de La Rochefoucauld.

Şi nu doar bărbaţii vor detalii fizice. Am auzit multe femei geloase comparându-se cu rivalele lor în termeni la fel de exacţi precum bărbaţii. Ea are cupa DD; eu am sâni mici. Orgasmele ei multiple; orgasmele mele rare. Ea se umezeşte imediat; eu am nevoie de lubrifiant. Ei îi place să facă sex oral; eu detest mirosul. Am auzit-o toţi pe Alanis Morissette cântând cunoscutele versuri: „E la fel de perversă ca mine? Ţi-ar suge-o într-o sală de cinema?"

Acolo unde invidia şi gelozia se amestecă

Oamenii întreabă adeseori care este diferenţa dintre invidie şi gelozie. Invidia se referă la ceva ce îţi doreşti, dar nu ai, în timp ce gelozia este legată de ceva ce ai, dar te temi să nu pierzi. Prin urmare, invidia este un tangou între două persoane, pe când dansul geloziei necesită trei. Invidia şi gelozia sunt verişoare primare şi, adeseori, coexistă.

Prietena mea Morgan, o ziaristă de succes deşteaptă, în vârstă de cincizeci şi ceva de ani, a făcut eforturi supraomeneşti pentru a separa gelozia ei pe Cleo, iubita soţului său, Ethan, de invidia faţă de ceea ce trăiau cei doi. La început, Ethan şi-a mărturisit aventura cu jumătate de gură. Apoi Morgan a descoperit arhiva electronică a fericirii. „Cum am făcut faţă? M-am retras într-o realitate alternativă a obsesiei", şi-a amintit Morgan. Dacă nu îl putea avea pe Ethan, atunci cel puţin îi putea spiona povestea de dragoste în mediul virtual. într-o „orgie de masochism",

Morgan a analizat cu atenţie contul de Instagram al lui Ethan şi website-ul lui Cleo.

„Cleo era întruchiparea zeiţei Pământ. Ochii îi străluceau de adoraţie; avea un corp perfect

sculptat şi un zâmbet inteligent — atât de naturală, de tânără, de seducătoare! Această perfecţiune a creaţiei lucra ca producător de film independent. Făcea yoga. Sprijinea activ cauzele sociale. Era o aventurieră. Purta inele pe degetele de la picioare. O fire jucăuşă, cu o fericire care ţâşnea din interior şi îi lumina pe toţi cei din jur.“ Fiecare strat de idealizare era adumbrit de unul de negare de sine. „Dacă lecţia pe care trebuia să o învăţ era că nu sunt destul de femeie, cel puţin puteam să trăiesc prin această superfemeie. De câte ori ascultasem conversaţiile pe care le avuseseră pe malul oceanului? Am murit şi am ajuns în Rai de o mie de ori, imaginându-mi că eu eram, de fapt, partenera lui."

Când am întrebat-o de ce se concentrează mai mult pe Cleo decât pe trădarea lui Ethan, mi-a explicat; „Problema nu este neapărat că a comis o fărădelege, cât că a ajuns la un nivel superior. Am fost depăşită de iubita lui cea nouă şi mult mai bună. Fiecare fotografie a adăugat un strat de dovezi în mintea mea cuprinsă de febră: îşi găsise iubirea vieţii, iar eu eram terminată. De asta cuvinte ca «trădare» sau «fărădelege» nu înseamnă nimic pentru mine: ele sunt încărcate de blam, pentru a mă răzbuna pe mine; ca victimă, dar nu includ modul în care m-am simţit la limita tulbure a propriului eu, incapabilă să fac faţă fascinaţiei." Violenţa durerii pe care şi-o provoacă singură Morgan se naşte din alchimia otrăvitoare invidie-gelozie. Sub obsesia ei se ascund ruşinea şi îndoiala de sine. Procesul de autoflagelare continuă: şi-i imaginează pe Ethan şi Cleo vorbind despre ea ca despre „demonul din ale cărui gheare bărbatul a reuşit să scape“.

Cât de goi ne simţim când ne imaginăm partenerul de cuplu vorbind despre noi cu amantul/amanta, dezvălu-indu-i lumea noastră privată, secretele şi slăbiciunile pe care le avem! Devenim obsedaţi: „Ce a spus despre mine?“, „A făcut în aşa fel încât să pară o victimă a unei căsnicii nefericite?" „A vorbit urât despre mine ca să iasă el bine?" Nu-1 putem controla pe partenerul infidel, şi cu atât mai puţin poveştile pe care le spune despre noi.

Privind în urmă la un an întreg de tânguiri, asemenea unei văduve, Morgan mi-a mărturisit: „Imaginile şi senzaţiile mi se învârteau în minte ca într-un mormânt al visurilor. La început mi-au controlat toate gândurile, permanent. Cu timpul, au început să apară la intervale de treizeci de secunde. în cele din urmă, am reuşit să rezist câte un minut, apoi câteva ore, apoi câteva zile. Ştii cum e să nu ai libertate în gândire?"

Descrierea explicită pe care a facut-o Morgan pierderii sinelui suveran îmi aminteşte de vocea autoarei franceze Annie Emaux. în romanul ei L’occupation, Emaux povesteşte că era bântuită de cealaltă femeie. Ea compară gelozia cu starea de a fi un teritoriu ocupat —când întreaga ta fiinţă este invadată de o persoană pe care poate că nu ai întâlnit-o niciodată. „Eram ocupată în ambele sensuri ale cuvântului... Pe de o parte, aveam suferinţa, pe de altă parte, aveam gândurile, incapabile să se concentreze pe altceva decât pe realitatea şi analiza acestei suferinţe."[44]

Morgan a găsit alinare în sprijinul prietenilor săi, în cărţi şi în filme. Simţindu-se ca şi cum ar fi fost „dependentă", dorea să ştie cum au scăpat alţii din strânsoarea şarpelui. Avea nevoie să ştie că nu e nebună. Şi nu era nebună. Antropologul Helen Fisher, care a făcut cercetări de imagistică cu rezonanţă magnetică funcţională asupra „creierului îndrăgostit", consideră că iubirea romantică chiar este o dependenţă, acţionând asupra aceloraşi zone din creier ca şi cocaina sau nicotină. Când un iubit a fost respins, dependenţa rămâne — aceleaşi zone din creier se activează

la vederea imaginilor partenerului. Concluzia lui Fisher este că ruperea de gândirea obsesivă cu privire la o iubire pierdută seamănă cu renunţarea la dependenţa de droguri.[45] îndrăgostiţii ştiu asta de multă vreme, cu mult înainte ca dispozitivele medicale cu rezonanţă magnetică să ne indice cauzele.

Pe lângă aceste circuite biologice activate, Morgan a fost prinsă şi în circuitul psihologic al pierderilor din copilărie. Trăia abandonuri multiple, unele petrecute înainte să fie capabilă să şi le amintească, şi totuşi corpul ei „ţinuse scorul", după cum a formulat psihiatrul Bessel van der Kolk. Iubirea rănită se află deasupra altor iubiri rănite. Asemenea unui ricoşeu peste timp, o trădare prezentă poate stârni amintirea tuturor trădărilor din trecut.

Cu timpul, şi-a amintit Morgan, „neuronii au început să se răcorească", iar ea „a depăşit nebunia". Doi ani mai târziu, Ethan i-a trimis un e-mail, implorând-o să îi acorde o a doua şansă. Iar instinctul ei de supravieţuire i-a spus să refuze. „Investisem prea mult efort în reconstruirea propriei persoane, după naufragiu. Mai am de răspuns la o singură întrebare: ce trebuie să fac pentru a avea din nou încredere?"

Cum îţi recapeţi dragostea

Pe Morgan, competiţia cu rivala a dus-o în pragul autodistrugerii. Trebuia să scape din strânsoarea celeilalte femei pentru a-şi recăpăta încrederea în sine. Dar pentru Polly, competiţia a funcţionat ca o provocare. Văzând că Nigel este dorit de altă femeie, s-a trezit brusc din moleşeala conjugală şi şi-a redéfinit bărbatul drept obiectul dorinţei ei sexuale. Iar pe sine s-a redéfinit ca soţie plină de pasiune. Nu există nimic mai potrivit decât privirea erotizată a unui al treilea pentru a da peste cap percepţia neutralizată pe care o avem unul despre celălalt.

La un an după dezvăluire, am avut ocazia să stau de vorbă cu Polly şi Nigel. Mi-au spus că se simt foarte bine. Nigel şi-a exprimat cele mai sincere remuşcări şi s-a angajat deplin în reclădirea relaţiei. Există un singur punct dureros: Polly se gândeşte în continuare la cealaltă femeie.

Mi-a spus că merge la un terapeut local, care a diagnosticat-o cu tulburare de stres posttraumatic. Lucrează la eliminarea gândurilor obsesive prin metoda conştiinţei depline, prin exerciţii de respiraţie şi sesiuni îndelungi de privit ochi în ochi cu Nigel, pentru a reclădi relaţia şi încrederea. „Sper să mă simt mai în siguranţă şi să nu mai am acele gânduri."

„Sigur că te vei simţi extraordinar de uşurată dacă vei reuşi să faci tabula rasa“, i-am spus, dar, amintindu-mi conversaţiile anterioare cu Polly, am propus o altă metodă de a vedea lucrurile. „De ce să renunţi la gânduri? Sunt perfect naturale. Şi, în plus, se pare că ţi-au făcut mult bine!“ Polly arată acum mai degrabă ca o femeie energi-zată de iubire şi gelozie decât ca o victimă a unei traume.

„Dă-mi voie să-ţi spun că «femeia cealaltă» a fost o sursă de inspiraţie. Străluceşti — eşti mai vie, mai implicată, mai activă fizic şi mai aventuroasă din punct de vedere sexual — şi toate astea spre binele relaţiei tale.“

Nigel m-a privit temător, neştiind cum o să interpreteze Polly aceste vorbe. Dar ea a zâmbit. Am observat adeseori că, pentru cupluri aflate în astfel de situaţii, soluţia poate fi ieşirea din naraţiunea disperată a traumei şi întoarcerea la vechea dramă — eterna poveste a iubirii distruse. Este o atitudine care conferă forţă, mai degrabă umană decât patologică.

încurajată de zâmbetul recunoscător al lui Polly, am zâmbit la rândul meu. Mi-a trecut prin minte următoarea idee. „Hai să mai avansăm puţin, le-am spus celor doi. Polly, ce-ar fi dacă, în loc să o ostracizezi pe Clarissa, i-ai aduce mulţumiri? Imaginează-ţi că ridici un altar în cinstea acestei femei, pentru a-ţi exprima recunoştinţa pentru tot binele pe care ţi l-a făcut. în fiecare dimineaţă, înainte să pleci de acasă, stai o clipă, fa o plecăciune şi mulţumeşte-i acestui binefăcător incredibil."

Nu aveam cum să ştiu dacă această sugestie oarecum con-traintuitivă o va elibera pe Polly de suferinţă. însă ştiam ce căutam: să îi dau înapoi puterea. în termeni clinici, această intervenţie homeopatică se numeşte „prescrierea simptomului". Din moment ce simptomele sunt involuntare, nu le putem şterge cu buretele, dar, dacă le prescriem, le putem controla. în plus, organizarea unui ritual dă sensuri noi unei suferinţe vechi. Şi întorsătura frumoasă din această situaţie este că infractorul devine eliberatorul. Am vorbit cu Polly după ceva vreme: trucul avusese efectul scontat. Evident, acest tip de abordare nu funcţionează

[1]

Alain de Botton, Cum îţi poate schimba Proust viaţa, traducere din engleză de Mihaela Ghiţă, Editura Vellant, Bucureşti, 2014. (N. red.)

»

pentru toată lumea. Dar am văzut că a dat rezultate mai des decât mă aşteptam.

Putem — şi trebuie — să evoluăm dincolo de gelozie?

Nicio conversaţie despre gelozie nu poate ocoli eterna dezbatere despre natură şi educaţie. Oare gelozia este bine înfiptă, sau, mai bine zis, profund înrădăcinată, în cotloanele trecutului nostru evoluţionist? Sau este o reacţie învăţată, un construct social născut din idei învechite despre monogamie? Acest argument se află în prim-plan în majoritatea discuţiilor contemporane pe marginea subiectului.

Psihologii evoluţionişti recunosc universalitatea geloziei în toate societăţile. Ei consideră că aceasta este un sentiment înnăscut, programat genetic, „un mecanism adap-tativ foarte bine construit, care servea perfect intereselor strămoşilor, şi se pare că serveşte şi intereselor noastre de azi“[46], după cum aprecia cercetătorul David Buss.

Psihologii din domeniul dezvoltării personale ne spun că gelozia apare devreme în viaţa unui bebeluş, cam la optsprezece luni, dar la mult timp după sentimente precum bucuria, tristeţea, furia sau teama. De ce atât de târziu? Asemenea ruşinii şi vinovăţiei, este un sentiment care necesită un anumit nivel de dezvoltare cognitivă şi presupune recunoaşterea „sinelui" şi a „celuilalt".

Un alt motiv major de conflict în discuţia despre gelozie este genul. Imaginea clasică îi face pe bărbaţi să lege gelozia de riscul incertitudinii cu privire la paternitate, iar pe femei, de pierderea angajamentului şi a resurselor necesare

pentru creşterea copiilor. Interesant este că studiile au indicat exact opusul în rândul homosexualilor: lesbienele tind să fie mai geloase sexual decât bărbaţii gay, iar aceştia din urmă dau dovadă de mai multă gelozie emoţională decât lesbienele. Fără îndoială, această situaţie subliniază faptul că resimţim cea mai mare ameninţare atunci când ne simţim cel mai puţin în siguranţă.

în ultimii ani, am întâlnit mulţi oameni decişi să arunce în aer ideile şi atitudinile convenţionale cu privire la gelozie, în special în rândul celor care practică nonmonogamia consensuală. Unii duc experienţa lui Polly la un alt nivel, folosind în mod intenţionat gelozia ca pe un amplificator erotic. Alţii fac eforturi susţinute pentru a o depăşi pur şi simplu. Mulţi dintre cei care se identifică drept „poliîndrăgostiţi“ susţin că au dezvoltat o nouă reacţie emoţională, numită „compersiune" — un sentiment de fericire trăit la vederea partenerului care face sex cu altcineva. în angajarea lor în mai multe iubiri, aceste persoane lucrează intens pentru a depăşi gelozia, considerată a fi parte integrantă din paradigma relaţiei posesive, pe care ei încearcă să o învingă.

„Uneori, când o văd cu una dintre iubitele ei, sunt geloasă, mi-a spus Anna. Dar îmi amintesc că

acestea sunt sentimentele mele şi că ţine de mine să le armonizez. Nu o învinovăţesc că le provoacă şi nici nu îmi dau voie să acţionez asupra lor într-un mod care să îi restrângă libertatea. Ştiu că ea este atentă să nu producă în mod intenţionat aceste reacţii din partea mea, şi eu fac la fel pentru ea, dar nu suntem responsabile una de sentimentele celeilalte/' Nu este o atitudine pe care să o întâlnesc în mod obişnuit la cuplurile mai tradiţionaliste, care înclină spre a aştepta ca partenerul să prevină apariţia acelor tulburări nedorite.

în schimb, am cunoscut o mulţime de cupluri nonmono-game care se luptă cu crize de gelozie absolut dramatice.

Rămâne să vedem dacă putem —sau dacă trebuie —să evoluăm dincolo de această caracteristică specifică omului. Este clar că gelozia înrădăcinată în noţiunile patriarhale de posesivitate merită reexaminată. Adesea, relaţiile în care cuplurile caută să cunoască fiecare gând al partenerului pot deveni mai puternice exact prin scăderea controlului. înainte însă de a aşeza inima geloasă în sertarul cu amintiri, haideţi să ascultăm şi şoaptele erosului. într-o lume în care extrem de multe relaţii pe termen lung suferă mai degrabă din cauza monotoniei şi a obişnuinţei decât din pricina unor sentimente tulburătoare precum gelozia, această furie erotică poate fi utilă, dacă suntem dispuşi să suportăm vulnerabilitatea care o însoţeşte.

CAPITOLUL 7

Autoînvinovăţire sau răzbunare: pumnalul cu două tăişuri

Mânia care inima-mi cuprinde Ţi-o spune-acuma gura mea, căci dacă Ar încerca s-o-năbuşe, s-ar frânge.

William Shakespeare, Îmblânzirea scorpiei'

PUMNALUL TRĂDĂRII ROMANTICE are două tăişuri la fel de ascuţite. îl putem folosi pentru a ne tăia pe noi înşine, pentru a scoate la iveală defectele noastre şi ura faţă de propria persoană. Sau îl putem folosi pentru a-1 răni pe celălalt, pentru a-1 face pe ucigaş să trăiască aceeaşi suferinţă îngrozitoare pe care ne-a produs-o. Unii îndreaptă pumnalul spre sine; alţii îndreaptă vârful spre vinovaţi, în viaţa reală sau imaginară. Trecem de la depresie la indignare, de la moleşeală la furie cumplită, de la colaps la contraatac.

„într-o zi cred că vom depăşi acest moment, iar a doua zi sunt atât de furioasă pe ea, încât nu cred că pot să o

William Shakespeare, îmblânzirea scorpiei, Mult zgomot pentru nimic, Furtuna, ediţie bilingvă, traducere din engleză de Leon Levitchi şi Dan Amedeu Lăzărescu, Editura Adevărul Holding, Bucureşti, 2009. (N. red.)

mai văd în ochi, mi s-a confesat Gaia. Mă enervez pe mine pentru că am fost prea blândă în toată povestea asta, prea înţelegătoare, după care îmi ies din minţi gândindu-mă că sunt o ratată, iar atunci vreau să îi iau cheile casei şi să îi spun fiicei noastre ce a făcut. Urăsc tot caruselul ăsta de gânduri pe care mi l-a provocat. O detest pentru că mi-a zdruncinat lumea şi a făcut asta doar fiindcă avea nevoie «să se simtă mai bine în propria piele». Egoismul ei mă termină."

Pentru Buddy, dispreţul de sine şi resentimentele faţă de soţia infidelă au culminat într-un moment de disperare: „M-am trezit pe pat, hohotind de plâns, cu pistolul în gură şi degetul pe trăgaci. A fost cel mai dificil moment", mi-a povestit el. însă următoarea frază a arătat celălalt tăiş al pumnalului. „Când soţia mi-a trimis un SMS, între-bându-mă dacă sunt OK, i-am răspuns «Sigur, dacă ţi se pare că a avea un pistol în gură este OK.»“ La un pas de sinucidere, la care a renunţat în cele din urmă, Buddy a amestecat autodistrugerea cu vinovăţia: „Vezi în ce hal m-ai adus?"

Adeseori, reacţiile noastre sunt imprevizibile, chiar şi pentru noi înşine. Ming este o femeie echilibrată, o îngrijitoare impecabilă, care nu ridică niciodată vocea. A dus la perfecţiune arta autoreproşului. Nu-şi aminteşte să fi existat vreun moment în care, dacă ceva nu mergea bine, să nu creadă că era din vina ei. „Copilăria mea poate fi rezumată în trei cuvinte: Este vina mea", mi-a spus Ming. Furia care a cuprins-o când a descoperit aventurile online ale soţului ei a surprins-o pe ea mai mult decât l-a surprins pe acesta. Nu mai explodase aşa de ani buni. „De câte ori încerca să se apere, îi spuneam doar să tacă naibii din gură. Era ca un alter ego care venise în

ajutorul meu. L-am lăsat să se poarte ca un animal atâta vreme, am luat toate asupra mea şi de fiecare dată m-am străduit mai mult. Iar el chiar a încercat să susţină că eu eram vinovată pentru adulter. Mi-a zis că toţi prietenii îl compătimeau pentru că face sex doar de două ori pe săptămână. L-am sfâşiat pur şi simplu."

Logica crudă a autoînvinovăţirii

„Se auzea apa de la duş, aşa că am intrat să îi spun că am venit, când am văzut-o, goală, cu cel mai bun prieten al meu." Dylan se cutremură şi acum când îşi aminteşte. „Ceea ce încă mă miră este că mi-a spus că nu se întâmplase nimic, fuseseră la jogging şi acum făceau un duş. Iar eu am crezut-o. Cât de prost poţi să fii?"

Dylan şi Naomi şi-au revenit după acest incident, iar lucrurile păreau să fi reintrat pe făgaşul normal. Apoi, într-o zi, în timp ce plimba câinele, bărbatul a avut o revelaţie: „Mi-a trecut brusc prin minte că avea o aventură cu prietenul meu." I-a găsit jurnalele, şi de aici totul a ieşit la iveală. „Ea a continuat să mintă, iar eu am continuat să o atac. Am fost la terapeuţi nepricepuţi, am primit sfaturi neinspirate de la prieteni. Partea cea mai proastă este că întotdeauna am simţit că nu mă iubea la fel de mult pe cât o iubeam eu, dar ea o ţinea una şi bună că nu sunt sigur pe mine. Acum ştiu că nu era nicio problemă cu mine, aveam dreptate. Sau cel puţin aveam dreptate să nu fiu sigur de mine", a cugetat Dylan cu voce tare.

Când aflăm despre trădare, adeseori ne simţim lipsiţi de valoare, căci temerile noastre că nu suntem cum trebuie au fost, în cele din urmă, confirmate. Vocea aceea familiară poate să apară din negură şi să ne amintească faptul că, în realitate, probabil că este vina noastră. O parte din noi bănuieşte că am primit ce-am meritat.

Unul dintre parteneri alege să aibă o aventură, însă, în majoritatea cazurilor, ambii sunt responsabili pentru contextul relaţional care a condus la asta. Când vine momentul, cuplurile care recurg la terapie trebuie să înceapă o examinare în ambele sensuri. Dar în acest proces este necesar să se facă o distincţie: asumarea responsabilităţii pentru crearea condiţiilor care poate că au facilitat adulterul este ceva foarte diferit de autoînvinovăţirea pentru adulter. Când eşti în stare de şoc, cele două pot fi uşor confundate. Autoînvinovăţirea disproporţionată poate include rapid tot ce nu îţi place la tine — şi astfel ai găsit motivele pentru care partenerul te-a înşelat.

Dylan este predispus la acest tip de exagerare negativă. Autocompătimirea se transformă rapid în autocondamnare. „Cred că eu am împins-o în braţele lui. Se plângea că am stors-o de viaţă. Spunea că vrea un tip cu instincte puternice, nu un băieţel new age sensibil şi neajutorat", mi-a povestit.

Lipsa de încredere a lui Dylan a fost agravată de următorul lucru: bărbatul a înţeles că majoritatea celor din jurul lui ştiau de aproape un an ce se întâmpla. Descoperirea că „eşti ultimul care află“ e o lovitură umilitoare şi te face să te simţi demn de dispreţ — un fel de „nimeni nu te apreciază şi nu te respectă atât de mult încât să îţi spună". Nu doar că a fost trădat de iubita lui şi de cel mai bun prieten, dar şi-a pierdut şi statutul social în ochii prietenilor. Şi-i imaginează

bârfmdu-1 pe la spate, în cel mai bun caz plân-gându-i de milă, în cel mai rău caz râzând de el.

„M-ai făcut să sufăr, acum o să plăteşti"

Dylan acumula furie faţă de Naomi. Am tot aşteptat ca aceasta să iasă la iveală la un moment dat. Ştia că indignarea motivată are rolul ei, dar i-a luat un an până când i-a dat frâu liber. în cazul multora dintre cei pe care îi con-siliez, lucrurile stau exact pe dos: întâi furie, durere, apoi autoanaliză. Iar furia aprinde dorinţa mortală de răzbunare — străvechiul ritual al celui rănit.

Inima răzbunătoare dă dovadă de o imaginaţie plină de cruzime. „Am găsit dosarul lui penal şi l-am trimis părinţilor ei. M-am gândit că ar trebui să ştie cu cine şi-o trage fiica lor.“ „într-o zi, i-am pus hainele preferate la fiert împreună cu aşternuturile.“ „Le-am spus femeilor din grupul de parenting unde activa ce mi-a făcut. Eu una nu aş vrea ca odraslele mele să meargă acasă la o astfel de marnă." „într-un weekend, când el era plecat cu târfa aia, am organizat un târg în curte şi am vândut tot ce avea." „Am pus pe PornHub o înregistrare video cu noi doi făcând sex." Iubirea înşelată caută răzbunare, „Nu scapi tu aşa uşor. O să te fac să plăteşti pentru asta."

Răzbunarea implică încercarea de a „te răfui", adeseori asezonată cu satisfacţie anticipată. Eroii răzbunători sunt prezentaţi ca fiind plini de mândrie în miturile Greciei Antice, în Vechiul Testament şi în nenumărate poveşti de dragoste bine-cunoscute şi, deşi cultura contemporană se poate pretinde mai puţin sălbatică, avem şi noi destule exemple faimoase de răzbunare, mai ales când fărădelegea este infidelitatea. Ne place să vedem un nemernic primindu-şi pedeapsa. Dăm sonorul mai tare şi cântăm şi noi când Carrie Underwood descrie cum a luat o bâtă de baseball şi a spart farurile maşinii iubitului ei, în timp ce acesta dansa în bar cu o „curvă platinată". în special în culturile latine, chiar şi când îmbracă forme dintre cele mai îngrozitoare, „crimele pasionale" sunt adeseori tratate mai blând decât cele săvârşite cu sânge-rece.

Calcularea punctajului

Odată cu dezvăluirea unui adulter, se aprinde brusc tabela de marcaj a căsniciei: cât s-a dat şi cât s-a luat, concesiile şi cererile, împărţirea banilor, sexul, timpul, socrii, copiii, îndatoririle casnice. Toate lucrurile pe care nu am vrut niciodată să le facem —dar le-am făcut în numele iubirii — sunt acum dezgolite de contextul care le-a dat sens. „Sigur că o să mă mut în Singapore ca să ai tu slujba mult visată. Sigur că o să leg noi prietenii acolo." „O să îi facem circumcizie băiatului dacă religia ta crede că aşa trebuie." „Sunt gata să renunţ deocamdată la carieră pentru tine şi să mă ocup de familie." „Am fost de acord ca mama ta să vină să locuiască aici, cu noi, deşi asta presupunea că eu o să am grijă de ea.“ „Dacă asta înseamnă atât de mult pentru tine, hai să mai facem un copil." Când infidelitatea ne fură viitorul pe care îl clădeam, ne infirmă şi sacrificiile din trecut.

Când lucrurile merg bine într-o relaţie, există un spirit de abundenţă şi iubire care naşte generozitate. „Am făcut-o pentru noi" are sens atâta vreme cât există încredere în acea unitate de bază numită „noi". Trădările din viaţa de cuplu transformă însă aceste aranjamente elegante într-o farsă. Compromisurile care au funcţionat atât de bine ieri devin sacrificiile pe care nu vrem să

le mai acceptăm astăzi. Graniţele sănătoase devin ziduri de netrecut. împărţirea armonioasă a puterii de odinioară devine acum o luptă corp la corp. Şi, uitându-ne în urmă, adăugăm fiecare situaţie când ne-am sacrificat pe noi înşine pentru echipă. Torente de regrete şi de resentimente ascunse dau năvală peste noi, cerând să se facă dreptate.

Când Shaun a aflat că Jenny se culcase cu un coleg de doctorat, s-a simţit ca şi cum ani întregi de sprijin necondiţionat au fost răsplătiţi cu o palmă peste faţă. „Am reuşit cu greu să mă stăpânesc şi să nu îl snopesc în bătaie pe acel tip. ‘ în schimb, i-a sunat pe părinţii ei (mai puţin periculos, dar făcând mai mult rău), pentru că simţea că trebuie să ştie cine este cu adevărat fiica lor. „Am muncit atât de mult ca să îi ofer tot ce şi-a dorit — am lăsat-o să renunţe la slujba cu normă întreagă ca să facă doctoratul acela scump şi inutil în istorie medievală — şi asta e ceea ce primesc? Nenorocitul ăla o înţelege? O inspiră? Educaţia de 100 000 de dolari nu a inspirat-o destul?" Shaun s-a simţit furat. Acum vrea să îi distrugă viaţa, aşa cum Jenny i-a distrus o lui. S-au despărţit, dar ura care îl macină îl ţine legat de ea, încă mai strâns decât atunci când erau împreună.

Răzbunarea pare adeseori meschină, dar eu am ajuns să respect profunzimea durerii pe care o ascunde. Incapabili să recuperăm sentimentele pe care le-am dăruit, ne aruncăm, în schimb, asupra inelului de logodnă. Şi dacă nu este suficient, putem oricând schimba testamentul. Toate acestea sunt încercări disperate de a reintra în posesia puterii, de a cere compensaţie, de a-1 distruge pe cel care ne-a distrus, ca metodă de autoconservare. Fiecare bănuţ, fiecare cadou, fiecare carte iubită, extrasă din moloz, are rolul de a se potrivi cu un element spart din interior. Dar în final, jocul se termină la egalitate. Dorinţa de a evalua scorul corespunde intensităţii ruşinii ce ne macină. Şi cea mai profundă ruşine este că am fost îndeajuns de proşti încât să avem încredere atâta vreme.

încercarea de a-1 face pe Shaun să-şi vină în fire ar fi inutilă. La nivel intelectual, înţelege inutilitatea răzbunării, dar emoţional, este un vulcan. în această etapă, mă concentrez pe două aspecte. în primul rând, înfrânarea. Aşadar, l-am rugat să îmi trimită lista cu „cele mai îngrozitoare lucruri pe care vrei să i le faci“, ca să o pun bine. în al doilea rând, revizuirea modului în care spune acum povestea. Istoria cenzurată a relaţiei lor, aşa cum o dezvăluie în prezent, elimină mare parte din contextul în care el şi Jenny au luat anumite decizii. De exemplu, Shaun uită să menţioneze că, la un moment dat, ea a fost cea care l-a susţinut financiar la studii şi şi-a asumat o mulţime de alte responsabilităţi. Pe măsură ce deconstruim perspectiva unilaterală, scoatem la iveală durerea din spatele furiei.

înşelarea celui care te-a înşelat

Inima răzbunătoare nu se arată dispusă întotdeauna să asculte de raţiune. Uneori, este suficientă provocarea unei dureri egale. în tradiţia străveche a osândirii în oglindă, infidelitatea ca răzbunare se număra printre strategiile obişnuite de pedepsire a vinovatului. Două femei m-au învăţat multe despre această adevărată magie neagră.

Jess s-a îndrăgostit de Bart, un bărbat cu douăzeci de ani mai în vârstă, şi a fost în extaz când acesta şi-a părăsit soţia pentru ea. Fiii şi fiicele lui, oameni în toată firea, erau orice altceva, doar

extatici nu. Supăraţi pe această fiinţă presupus materialistă care luase locul mamei lor, i-au strecurat lui Jess câteva informaţii despre o femeie şi mai tânără care îl însoţea pe Bart în aşa-zisele lui călătorii de afaceri. „Cum a putut să îmi facă asta?!“, s-a întrebat. în relaţiile anterioare, nici ea nu fusese vreo sfântă; de fapt, se bazase întotdeauna pe un triunghi amoros pentru a se proteja împotriva vulnerabilităţii cuplului. Dar cu Bart era altceva, mi-a explicat. Erau „trup şi suflet".

Acum s-a cufundat în negare. „Nu numai că m-a minţit, dar a făcut-o în faza când ne simţeam ca în luna de miere! înţeleg că oamenii se plictisesc după ani de zile, însă chiar la început, când ne-o trăgeam ca iepurii?"

Jess caută să îşi recapete puterea. Doreşte ca Bart să simtă exact ce a simţit ea, aşa că a hotărât să meargă pe modelul „dinte pentru dinte". Fostul ei iubit, Rob, s-a arătat mai mult decât fericit să o vadă în pragul uşii. „La ce a ajutat asta?", am întrebat-o. „Aveam nevoie de un prieten", mi-a răspuns, în defensivă. Totuşi, pentru mine rămâne limpede că Jess nu caută doar înţelegere, ci răzbunare. „Mi-ai spus că, pentru tine, cinstea este foarte importantă, am provocat-o. Putem să recunoaştem că Rob echivalează cu o poliţă de asigurare?"

Cinste ei, a recunoscut rapid. „Nu cred că e bine ceea ce fac, ştiu că nu este bine pentru mine. Dar mi se pare o modalitate prin care mă răzbun, iar Bart o merită cu vârf şi îndesat, după cele întâmplate." Faptul că Bart a fost primul care a călcat strâmb a făcut-o pe Jess să simtă că are toate justificările necesare pentru aventura ei corectivă.

Auzim adeseori că „răzbunarea este dulce", dar cercetările şi viaţa dovedesc altceva. Oamenii de ştiinţă specializaţi în comportament au descoperit că, în loc să stingă ostilitatea, să facă dreptate sau să aducă apropierea, răzbunarea poate, în realitate, să ţină vie neplăcerea unei ofense. Exaltarea dreptăţii personale este o plăcere superficială, care ne prinde într-o obsesie pentru trecut. De fapt, când nu avem şansa de a cere o pedeapsă, trecem mai rapid la alte lucruri.

Am discutat cu Jess despre ce înseamnă această răzbunare pentru fostul ei iubit, Rob. I-am sugerat că relaţia pe care au avut-o este prea valoroasă pentru a face din el un simplu instrument în maşinaţiunile ei. Jess speră să fie cu Bart, în timp ce Rob încă speră să întoarcă la el. Există metode mai bune de a-şi vindeca inima şi care nu presupun să i-o distrugă pe a lui.

Lailani este cu zece ani mai tânără decât Jess, dar strategiile ei intră în aceeaşi categorie străveche. Se descrie ca fiind „o ţipă care facea sex cu toţi băieţii", dintr-un cartier periculos din Oakland, California. îşi folosise întotdeauna trupul pentru a obţine ce voia, începând cu „iubitul care avea maşină şi îmi făcea temele", pe când avea treisprezece ani.

Lailani a învăţat devreme să îi bată pe bărbaţi cu propriile arme. „Mă aşteptam să mă înşele, aşa că îi înşelam eu prima." Dar, la douăzeci şi nouă de ani, a hotărât că e momentul să caute altceva. L-a întâlnit pe Cameron, pe site-ul OKCupid, şi a simţit imediat că era diferit de toţi băieţii pe care îi cunoscuse. „Era un tip de încredere, responsabil şi chipeş."

Timp de doi ani, totul a părut perfect. La fel ca Jess, Lailani renunţase la comportamentul de până atunci şi mersese pe încredere. „Pentru prima oară, nu mai căutam o portiţă de scăpare.

Apoi, într-o zi, în extazul meu lipsit de orice bănuială, am primit un mesaj pe Facebook de la o femeie pe care nu o întâlnisem niciodată: «Nu te cunosc, dar să ştii că mă întâlnesc de ceva vreme cu iubitul tău. Nu mi-a vorbit despre tine, însă ţi-am găsit fotografiile pe internet. Vreau să ştii că, de acum înainte, nu o să mai am de-a face cu el. îmi pare rău.»“

Când Lailani a intrat pe internet ca să verifice, Cameron îşi ştersese toate conturile. L-a pus faţă în faţă cu adevărul, iar el a negat. Femeia nu s-a dat bătută. „Un mincinos depistează imediat minciuna", şi-a spus. „Am decis să aştept până când voi avea toate argumentele. I-am dat şansa de a mărturisi, iar el m-a minţit în faţă, de nenumărate ori. Asta mă scoate în continuare din minţi." I-a scris femeii de pe Facebook şi i-a cerut dovezi. Iubita dispreţuită, care se simţea şi ea înşelată, s-a arătat bucuroasă să o ajute. Lailani nu a fost surprinsă: „Regula numărul 1: dacă vrei să ai încă o gagică, atunci aceasta trebuie să ştie că e gagica numărul doi! Era supărată." Cu dovezile digitale în mână — SMS-uri, mesaje cu tentă sexuală şi discuţii pe chat —, în cele din urmă l-a încolţit.

în momentul în care Cameron s-a văzut obligat să recunoască adevărul, „am trecut de la uimire la descompunere", mi-a spus Lailani. „Toată viaţa mea fusesem nenorocita aia care se folosea de băieţi ca să obţină ce voia, iar apoi îi părăsea. Asta era prima relaţie pe care o luasem în serios şi căreia chiar îi dădusem o şansă. Credeam că în sfârşit găsisem pe cineva care să merite, însă a confirmat regula că toţi bărbaţii sunt incorigibili. De data asta, eu fusesem înşelată. Ce soartă nefericită!"

într-un moment de analiză, Lailani s-a întrebat: „Oare eram pedepsită pentru toate mizeriile pe care le făcusem celorlalţi ţipi?" După aceea, când a stat de vorbă cu prietenele ei şi câţiva amici, aceştia i-au dat apă la moară: „Toţi au spus acelaşi lucru: dă-i o lecţie, altfel o să continue cu porcăriile.*'

Lailani a fost de acord şi a ticluit un plan: „Merită şi el o soartă nefericită. întotdeauna mi-am dorit să fac sex în trei, iar acum simt că am dreptul să trec la fapte. Dacă află, voi fi fericită. O să mă simt bine facându-1 să sufere. Merită.**

în cazul lui Lailani şi Jess, am fi înclinaţi să credem că propriul comportament greşit le va face mai înţelegătoare faţă de partenerii care le-au înşelat. Dar oamenii au, adeseori, un cântar intern pentru dreptate, fiind convinşi că ceea ce li s-a făcut lor este mai rău decât ceea ce le-au făcut ei altora — o dublă măsură interesantă.

Le-am ascultat pe Lailani şi Jess şi mi-e milă de ele. Reacţiile lor sunt de înţeles, dar planurile lor de luptă se dovedesc, până la urmă, ineficiente. Sunt blocate într-un fel de „să-ţi arăt eu cine e mai tare**. Asemenea multor femei care se luptă pentru egalitate într-o lume ce aparţine încă bărbaţilor, cele două încearcă să împace „blândeţea** cu „puterea**. Ambele sunt sfâşiate între: „Vreau să te întorci la mine** şi „Nu te las să te întorci la mine; e prea periculos.**

Ambele au riscat şi au crezut în puterea salvatoare a unei relaţii care părea diferită de restul. Şi ambele au simţit că le explodase în faţă. Acum sunt în pericol ca o singură trădare să le trimită în spatele unui scut. Nicio femeie nu ar trebui să îi dea unui bărbat toată puterea de a-i distruge idealurile romantice. Dar pentru cele două doamne, aşa par să stea lucrurile. Există o

mare diferenţă între „omul acela m-a dezamăgit şi sunt rănită** şi „nu o să mai iubesc niciodată**. Lailani şi Jess nu sunt gata să creadă asta. Ele văd doar două opţiuni: să rănească sau să fie rănite. „Ar fi trebuit să rămân curva aia nenorocită. Nimeni nu face să sufere o astfel de femeie'[1], mi-a mărturisit Lailani.

Lupta cu compensaţiile

Dorinţa de răzbunare îi poate lovi pe neaşteptate chiar şi pe cei mai luminaţi dintre noi. Prietenul meu Alexander, cu care am avut multe discuţii profunde despre aceste subiecte, se consideră un bărbat evoluat, nonmonogam. El şi iubita lui, Erin, dansatori profesionişti, au mers în turnee şi au dat spectacole pe toate continentele. Sunt împreună de cinci ani şi s-au confruntat cu provocările iubirii la distanţă, pe diferite fusuri orare. Au înţeles rapid că, din pricina stilului lor de viaţă, vor fi expuşi tentaţiei şi au optat de la bun început pentru o relaţie deschisă. Şi-au jurat loialitate întru spirit, dar corpurile lor au rămas libere să facă ce vor. Alexander a rezumat contractul lor de tip „nu întreba/nu spune": „Ştiu că se culcă şi cu alţi bărbaţi, dar nu vreau să aud nimic despre asta."

Mai mult, în comunitatea restrânsă a dansatorilor, niciu-nul dintre ei nu îşi doreşte să împartă, fără să ştie, scena, cabina sau camera de hotel cu amanţii partenerului. „I-am spus: «Nu vreau să vin să te vizitez când eşti în turneu şi să mă trezesc la o petrecere unde toată lumea ştie că ţi-o tragi cu altcineva, poate chiar cu cineva prezent acolo, şi să par un idiot. Şi nici tu să nu vii niciodată să mă vizitezi în turneu, ca să nu îţi faci griji că fac sex cu vreo fată din companie şi toată lumea ştie, şi îţi plânge de milă, şi crede că te înşel." Au stabilit limite clare: fără amanţi în lumea mică şi incestuoasă a dansului şi fără să se îndrăgostească. „Dacă se întâmplă asta, vorbim." „Micah era tipul pe care îl dădeam mereu ca exemplu de evitat[11], mi-a povestit Alexander. Erau de multă vreme colegi şi rivali, căci Micah obţinea mereu roluri despre care Alexander simţea că ar fi trebuit să îi revină lui. Pe scenă înghiţea aceste înfrângeri, dar în viaţa reală nu ar fi suportat în niciun caz să îl vadă pe Micah în rolul iubitului lui Erin.

Până acum, „nonmonogamia lor etica' a funcţionat. Asemenea multor cupluri sau grupuri care aleg configuraţii mai deschise, ei nu subscriu părerii psihologilor evolu-ţionişti, care văd gelozia ca înnăscută şi inevitabilă. Ei cred că este o reacţie învăţată, de care te poţi dezvăţa. Şi totuşi, nu erau naivi în ceea ce priveşte provocările acestui proces. Ayala Pines, care a studiat gelozia romantică în căsniciile deschise şi în grupurile de poligami şi swingeri, a ajuns la concluzia că „este dificil să te dezveţi de o reacţie de gelozie, mai ales dacă trăieşti într-o societate ce încurajează posesivitatea şi gelozia".[47] Alex şi Erin au înţeles nevoia de a negocia limitele şi de a stabili înţelegeri prin care să descurajeze gelozia.

Erin a încălcat înţelegerea. în ultimul turneu, a împărţit scena şi chiar mai mult decât atât cu Micah. „Cum am aflat că a făcut sex cu el? După cum ziceam, lucrăm într-o lume mică. Oamenii vorbesc", mi-a povestit Alex, cu un zâmbet strâmb. Imaginaţia lui febrilă este foarte plastică. „Nu doar că îl ştiu pe tip, dar am petrecut ore în şir văzându-1 îmbrăcându-se, dezbrăcându-se şi dansând. Ştiu cum se mişcă. Deci îmi pot imagina perfect ce se petrece când sunt împreună. Imaginile mi se învârt în cap ca vulturii în jurul prăzii."

Simţindu-se înfrânt, Alexander vrea să atace. Râde de alegerea ei, considerând-o de calitate inferioară. „Nu ai putut mai mult decât atât? Sau încercai să mă răneşti cu orice preţ?“ Apoi îşi planifică contraofensiva. îşi imaginează că se duce la Micah şi îl loveşte în plex, aruncându-i insulte în faţă. „Caut întotdeauna acel echilibru perfect între dispreţ şi răzbunare — arătându-i că nu mi-a produs suferinţă, dar umplându-1 de sânge şi facându-1 să arate ca un nenorocit care se văicăreşte în plină stradă. Mă învârt în jurul mesei, pradă acestei fantezii violente, cu inima bătându-mi să-mi spargă pieptul, respirând greu, cu pumnii încleştaţi."

Furia este un analgezic care adoarme temporar durerea şi, totodată, o amfetamină care conferă un impuls de energie şi încredere. Ţinând mai mult de biologic decât de psihologic, furia ajută temporar la depăşirea pierderii, a îndoielii de sine şi a neputinţei. Deşi uneori poate fi un factor motivant pozitiv, psihologul Steven Stosny a avertizat: „Crizele de furie şi resentimentele te pot trimite mai jos decât erai când au izbucnit."[48]

„Pur şi simplu văd roşu în faţa ochilor. Este o reacţie fizică, reptiliană. încerc să răspund într-un mod mai evoluat, dar îmi e foarte greu", mi-a spus Alexander.

Sentimentele şi gândurile pe care le descrie nu sunt nebuneşti, sunt umane. Cu toate acestea, dacă le urmăm într-o criză de furie, adeseori nici nu devenim mai puternici, nici nu ne simţim mai puţin vulnerabili. Destul de frecvent, acţiunile de recâştigare a iubirii se întorc până la urmă împotriva noastră. A reveni la celălalt nu este o metodă pentru a-1 aduce înapoi.

Alexander trebuie să găsească un debuşeu sigur pentru furia care îl consumă şi pentru durerea puternică de la baza acesteia. în primul rând, are nevoie să ştie cum să se împace cu propriile sentimente, când nu mai are de ales; apoi, cum să scape de ele, atunci când poate.

în momentele în care suntem inundaţi de emoţie, este important să ştim cum să ne autoreglăm. Exerciţii de respiraţie, duşuri fierbinţi, liniştitoare, băi în lacuri reci, tonifiante, plimbări în natură, sporturi active, toate ne pot fi de ajutor. Tăcerea sau audiţiile muzicale pot fi, de asemenea, surse de calmare.

Dorinţa de răzbunare este profundă. Asemenea geloziei, e dificil de eliminat complet — prin urmare, prefer să îi ajut pe oameni să înveţe să o metabolizeze intr-un mod sănătos. După cum sublinia psihanalistul Stephen Mitchell, nu există iubire fără ură şi trebuie să ne împrietenim cu agresivitatea noastră, nu să o eliminăm. O modalitate constă în a face loc pentru imbold, dar nu pentru acţiune. Fantezia represaliilor poate fi cathartică. Ascunse în sanctuarul minţilor noastre sau scrise în jurnalul personal, fanteziile pot fi o metodă de a înlătura gândurile calomnioase şi furia criminală care ne-au năpădit. Lasă-ţi imaginaţia să alerge liberă. Cumpără-ţi un carneţel, scrie pe el; „Răzbunarea mea“ şi, între copertele lui, fă tot răul din lume. Dar dă-ţi o limită de timp. Maximum şapte minute pe zi. Apoi, când pui jos carneţelul, alungă şi gândurile.

Fanteziile creative de răzbunare pot fi surprinzător de satisfăcătoare. întreabă-te de ce ai nevoie ca să te simţi mai bine. Cinci ani de tortură cu doze zilnice de „picătură chinezeasca[1]? Sau preferi pedeapsa cea mai dură, o dată pentru totdeauna?

Dacă fantezia nu este suficientă, uneori sunt utile acţiunile de răzbunare. Am ajutat multe cupluri

să cadă de acord asupra unei modalităţi de răzbunare care să fie corectă pentru amândoi şi apoi să o pună în aplicare — o stratagemă care l-ar face şi pe Machiavelli să roşească. Dar nu uitaţi umorul. La un moment dat, soţul, care era politician, a trebuit să-i trimită un cec gras din contul lui de pensie rivalului pe care îl detesta cel mai tare în alegerile locale. „Prefer să ajungă banii la el decât la o curvă“, a spus soţia, exultând. Era satisfăcută. E o artă să ştii câtă răzbunare să ceri.

Alexander găseşte o alinare în fantezii, dar rămâne în aşteptare cât Erin se gândeşte la ce anume ar vrea. „Mă simt neputincios aşteptând, mi-a mărturisit. Ea are toată puterea. Cât timp îşi evaluează opţiunile, eu stau aici ca un ostatic."

Dilema lui are la bază moştenirea masculinităţii. Ce fel de bărbat lasă o femeie la cârmă? Nu e deloc întâmplător că eroii încornoraţi din marile piese de teatru şi opere preferă să îşi omoare iubita decât să îi dea acesteia libertatea de a nu-i alege. Moartea —a ei, a lui sau a lor — este singura scăpare onorabilă. „Inima care sângerează vrea sânge pentru a spăla ruşinea", cântă Canio în Paiaţe, de Leoncavallo.

L-am rugat pe Alexander să se gândească la faptul că a o aştepta pe Erin să se hotărască nu este o renunţare la mândrie sau la putere, ci o expresie a iubirii. încet, încet, trece de la ceea ce a provocat ofensa la suferinţă. Nu o mai atacă pe Erin, în schimb îi spune cât de mult a suferit. Acum au reluat relaţia şi sunt şi mai dornici să pună la punct un aranjament funcţional. Mi-a spus că l-a văzut recent pe Micah dansând cu Erin, „şi starea aceea întunecată m-a copleşit. Dar am decis, în mod conştient, să o dau deoparte."

Arta dreptăţii reparatorii

Răzbunarea nu este întotdeauna dulce, dar uneori atinge un punct care îl ajută totuşi pe cel rănit şi îi permite cuplului să lase trecutul în urmă. Toţi avem nevoie de dreptate. Este important, totuşi, să distingem între abordarea răzbunătoare şi cea reparatorie. Prima caută doar să pedepsească; a doua se implică în refacere.

Am observat o legătură interesantă între reacţia pacienţilor mei la trădare şi tipul de dreptate pe care îl caută. Unii plâng pierderea legăturii: „Sufăr pentru că nu mai eşti a mea.“ Alţii plâng după respectul pierdut: „Nu pot să cred că ţi-ai bătut joc de mine în halul ăsta.“ Una este o rană relaţională, cealaltă, o rană narcisică. Inimi rănite; mândrie rănită. Nu ne miră că persoana care se concentrează pe relaţie este mai capabilă de compasiune şi de curiozitate faţă de idila partenerului, lucru ce va atrage după sine o reacţie reparatorie, indiferent dacă decid să rămână împreună sau nu. Persoana care a suferit o rană narcisică este mult mai puţin conciliantă. Pentru oamenii de tipul acesta rămâne improbabil să fie interesaţi de motivele care l-au făcut pe partener să calce strâmb, deoarece sunt prinşi în plasa răzbunării.

Dreptatea reparatorie poate fi ingenioasă. De câte ori mă gândesc la plăcerile răzbunării, îmi vine în minte măiestria unei tinere franţuzoaice, Camille. Mi-a scris după ce a participat la una dintre conferinţele ţinute de mine, pentru a-mi spune povestea „infidelităţii soţului, a reacţiei proprii şi a lucrurilor bune care au decurs de aici“.

Camille, de treizeci şi şase ani, provine dintr-o familie veche din Bordeaux. Este căsătorită de zece ani cu Amadou, care are patruzeci şi cinci de ani, a crescut în

Mali şi s-a mutat în Franţa pe când avea douăzeci de ani. Au trei copii. Problemele au început acum cinci ani. Camille îşi aminteşte foarte clar momentul. „Luam micul dejun cu băieţii, când m-a sunat prietena mea Melanie, ca să îmi spună că soţul meu avea o relaţie cu una dintre colegele ei. La început nu am crezut-o, aşa că mi-a dat-o la telefon pe femeia în cauză."

în ciuda suferinţei şi a furiei, Camille nu voia să îşi piardă bărbatul. Se luptase ca să se mărite cu el, căci părinţii fetei nu fuseseră de acord. L-a înfruntat calm, dar ferm, apoi a apelat la prietenele mele pentru sprijin moral. „Am căzut într-o prăpastie adâncă şi am trecut prin toate sentimentele obişnuite în astfel de situaţii. Mi-am luat o săptămână de concediu medical. Am plâns pe umărul prietenelor, m-am zvârcolit pe podea, am băut multă cafea şi mult alcool. Fetele m-au alinat, m-au ascultat, mi-au împărtăşit indignarea."

Apoi s-a simţit pregătită pentru provocarea de a-i explica soţului că, în cultura din care provenea ea, comportamentul lui era inacceptabil. „Amadou a crescut într-un mediu în care poligamia era normală, mi-a explicat Camille. El m-a ascultat, s-a simţit prost văzând ce tristă eram, dar mi-am dat seama că nu se simţea deloc vinovat pentru ceea ce făcuse." Camille mai ştia ceva despre mediul din care venea soţul ei: crescuse într-o cultură animistă, plină de superstiţii. Ştiind toate astea, a înţeles de ce era nevoie. „Am decis să intru în lumea lui şi să vorbesc în limba lui. Am trecut brusc de la rolul de victimă la cel de actor, lucru care a schimbat complet ceea ce simţeam. Faptul că puteam face efectiv ceva m-a ajutat enorm să îmi revin."

Răzbunarea lui Camille este minunată prin creativitatea de care a dat dovadă. „în primul rând, am luat legătura cu unul dintre prietenii soţului meu, un bărbat mai în vârstă, foarte respectat în comunitatea africană. A venit la noi în vizită şi l-a mustrat pe Amadou pentru alegerea făcută (nu pentru faptul că avea două femei, ci pentru că a doua era din cercul nostru." Camille înţelegea prea bine: nu ar fi putut să îl convingă că ideea existenţei mai multor soţii este greşită, dar ştia că, în cultura lui, condiţia pentru poligamie era ca bărbatul să fie capabil să aibă grijă de ambele femei — material şi sexual. Aşa că s-a plâns de performanţele lui sexuale scăzute, o revelaţie cel puţin stânjenitoare.

A doua zi, Camille a mers la abatorul halal. „Am cumpărat două pulpe de miel şi i-am trimis una soţiei prietenului bărbatului meu. Pe cealaltă am adus-o acasă, ca să îi pregătesc de mâncare lui Amadou. Ştiam că, până când va ajunge acasă, va afla deja despre darul făcut şi eram sigură că urma să mă întrebe despre asta imediat ce intra pe uşă. I-am spus că m-am dus cu imamul să sacrific un miel, pentru a ne salva căsnicia. Eu sunt vegetariană, dar nu contează, el m-a crezut. Mai mult, a fost impresionat."

Apoi a vrut o poliţă de asigurare. „Am luat nişte unt de shea (un produs natural care în Africa are multiple întrebuinţări, printre care şi cea de lubrifiant) şi l-am amestecat cu ardei piri-piri foarte iute. L-am ascuns în dulapul din dormitor. Am hotărât că, dacă descopeream că s-a mai culcat cu ea, o să îl masez bucuroasă cu acea cremă exact pe locul unde îi plăcea să îi fie cald. Din fericire, nu s-a ajuns la asta."

Intervenţiile ei nu s-au oprit aici. S-a dus să stea de vorbă cu cealaltă femeie. „I-am spus că, dacă mai îndrăzneşte să se apropie de Amadou, o să merg la ea la serviciu şi o să fac scandal. Scuze pentru limbaj, dar, ca un câine, mi-am marcat teritoriul.”

Camille încă nu terminase. „în cele din urmă, am ascuns o sticlă cu sânge (luat tot de la abator) în grădină, într-un loc în care erau şanse ca Amadou să dea peste ea. Conform tradiţiei africane, asta poate aduce ghinion." (Sticla nu a fost descoperită încă.)"

Aceste ritualuri de restabilire a dreptăţii vin dintr-o cultură foarte diferită de a ei, însă i-au adus lui Camille pace şi chiar ceva mai mult decât atât. în loc să îl pedepsească pur şi simplu pe infidel, ele i-au dat putere şi i-au îmbunătăţit semnificativ relaţia. „A trebuit să învăţ să trăiesc fără garanţia că nu o va mai face niciodată, dar cel puţin am câştigat un alt tip de siguranţă: încrederea în mine însămi."

Dorinţa de sânge nu se stinsese — doar se calmase. Anul trecut, când îşi lua copiii de la ora de muzică, Camille a dat peste cealaltă femeie, al cărei fiu venise la acelaşi curs. Un val de mânie i-a traversat corpul. „încă resimţeam atât de multă agresivitate — îmi venea să îi aplic tot ce învăţasem la karate. Dar mai apoi, când m-am gândit mai bine, mi-am dat seama că, de fapt, doream să îi arăt că eram fericită: cu mine, cu Amadou şi cu copiii." Camille a intuit una dintre cele mai importante lecţii despre răzbunare: dacă în acest proces ajungi să îţi faci rău ţie mai mult decât să îl pedepseşti pe celălalt, nu câştigi nimic. Arta dreptăţii reparatorii este să te înalţi pe tine, nu să îi denigrezi pe cei care te-au rănit.

în săptămâna următoare, înainte de a merge la şcoala de muzică, Camille s-a îmbrăcat într-o rochie africană viu colorată, s-a rujat, s-a parfumat... A trecut pe lângă maşina amantei cu fruntea sus. „Să fiu fericită era o răzbunare mult mai bună decât orice lovitură de karate."

CAPITOLUL 8

A spune sau a nu spune: politica secretului şi a dezvăluirii

Un adevăr rostit cu intenţia de a răni este mai rău decât orice minciună.

William Blake

ÎN BIROUL MEU, SECRETELE ŞI MINCIUNILE apar sub toate formele. Adeseori, partenerii vin cu o aventură recent descoperită, o rană proaspătă care nu poate fi ignorată. Alţii stau pe canapea cu secretul între ei — evident pentru mine, dar nerostit. Niciunul dintre soţi nu vrea să vorbească sau să afle. Am asistat şi la nenumărate şedinţe în care unul îl întreabă pe celălalt: „Ai o aventură?", iar inculpatul neagă totul, deşi cel care întreabă are dovada de necontestat. Uneori, partenerul infidel oferă informaţie după informaţie, iar celălalt pare să nu vrea să unească punctele între ele. Alteori, partea lezată este pe pista cea bună şi arde de nerăbdare să spună ce a aflat, dar aşteaptă momentul potrivit pentru confruntare.

Am văzut întreg spectrul ipocriziei, de la simple omisiuni, adevăruri parţiale şi minciuni nevinovate la confuzii evidente şi manipulări mentale. Am văzut secretele cele mai crude şi pe

cele mai pioase. Unii mint ca să se protejeze;

alţii mint ca să îşi protejeze partenerii; există şi schimbarea ironică de roluri, când cel trădat ajunge să mintă pentru a-1 proteja pe cel care l-a înşelat.

întorsăturile şi nodurile minciunilor sunt nesfârşite. Mulţi soţi infideli îmi spun că aventura lor reprezintă primul moment în care nu s-au mai minţit pe ei înşişi. în mod paradoxal, când s-au implicat într-o relaţie bazată pe minciună, aceştia simt adesea că, pentru prima oară, ating adevărul şi se conectează la ceva mai profund, mai autentic şi mai sincer decât viaţa lor aşa-zis adevărată.

în timpul relaţiei de doi ani cu patronul magazinului de biciclete din oraşul ei, Megan obosise să se ascundă de toţi cei din jur. Dar acum, după ce a terminat cu această viaţă dublă, se simte şi mai rău. „Acum mă mint în interior. Mă păcălesc, pretinzând că îmi este bine fără el.“

Secretele nu sunt doar problema cuplurilor. Ele mânjesc peisajul social al infidelităţii. O femeie împrumută telefonul unei prietene căsătorite şi găseşte SMS-uri care dovedesc flirtul acesteia cu un necunoscut. O mamă ştie că fiul ei nu a fost la ea sâmbătă, aşa cum îi spusese soţiei lui, dar nu e sigură că vrea să afle unde a fost. Şi, evident, există „cealaltă femeie“ şi „celălalt bărbat". Care nu doar că au un secret, ci sunt secretul însuşi.

Secretele şi minciunile se află în centrul oricărei aventuri. Acestea cresc atât nivelul adrenalinei îndrăgostiţilor, cât şi suferinţa celor trădaţi. Ele ne aruncă într-o mare de dileme. Trebuie divulgate? Şi dacă da, cum anume? Dezvăluirea este un proces continuu, de la „nu întreba, nu spune" până la autopsia post-mortem. Onestitatea necesită reglaje fine. Există prea mult? E mai bine să ţii aventura ascunsă? Cum rămâne cu proverbul potrivit căruia ce nu ştii nu te face să suferi?

Pentru unii, răspunsul este simplu: secretul înseamnă minciună, iar a minţi este greşit. Singura variantă acceptabilă rămâne confesiunea, transparenţa completă, căinţa şi pedeapsa. Viziunea dominantă pare să fie că dezvăluirea reprezintă condiţia sine qua non pentru regăsirea intimităţii şi a încrederii după o aventură. în zilele noastre, minciuna este văzută ca o încălcare a drepturilor omului. Toţi meritäm să ştim adevărul şi nu există nicio situaţie care să poată justifica ascunderea lui.

Mi-ar plăcea să fie atât de uşor — să putem folosi principii atât de categorice pentru a ne organiza impecabil vieţile noastre dezordonate. Dar terapeuţii nu lucrează cu principii, ei lucrează cu oameni reali şi cu situaţii de viaţă reale.

Dilemele dezvăluirii

„Masteranda cu care m-am culcat este însărcinată şi e hotărâtă să păstreze copilul, mi-a povestit Jeremy, un profesor universitar care se gândise că ar fi o idee bună să îşi păstreze relaţia strict la nivelul unei aventuri. Nu am de gând să îmi distrug căsnicia, dar nici nu vreau să am un copil care să crească în secret."

„Un tip cu care am făcut sex tocmai mi-a dezvăluit că are herpes genital, mi-a mărturisit, stânjenită, Lou. Iubitul meu e în pericol. Să îi spun?"

„Fata cu care m-am întâlnit de câteva ori m-a tăguit într-o fotografie pe Instagram, după ce i-am spus că nu pot să mă mai văd cu ea, mi-a spus Annie. Ne-am sărutat, nimic mai mult, dar iubita mea nu vede lucrurile aşa. îmi verifică obsesiv conturile de pe reţelele de socializare, sigur o să descopere poza.“

Mulţi dintre voi pot trage concluzia că, în astfel de situaţii, decizia corectă ar fi dezvăluirea. Dar nu toate situaţiile sunt atât de limpezi.

„Mi-am pierdut minţile pentru un moment — eram beată şi îmi pare tare rău“, mi-a povestit Lina. Aceasta era logodită de doar câteva luni, când o petrecere de o noapte după întâlnirea cu colegii de facultate s-a terminat în patul unui fost iubit. „Dacă îi mărturisesc logodnicului meu, asta o să îl devasteze — prima sa soţie a fugit cu cel mai bun prieten al lui, iar mie mi-a spus întotdeauna că, dacă îl înşel, totul s-a terminat între noi.“ Da, ar fi trebuit să se gândească la asta mai înainte. însă o nesăbuinţă a ei trebuie să le distrugă toată viaţa?

„De ce i-aş spune soţiei mele? m-a întrebat Yuri. De când am întâlnit-o pe Anat, nu ne mai certăm pe tema sexului. Nu mai cerşesc şi nu o mai deranjez cu asta, iar familia mea este fericită."

într-un act de sfidare, Holly s-a îndrăgostit nebuneşte de un tip care avea, la fel ca ea, un Yorkshire şi pe care l-a întâlnit la locul de joacă pentru câini. Nimic nu i-ar plăcea mai mult decât să îi spună asta soţului ei „urâcios şi suferind de mania controlului". „Ar merita-o cu vârf şi îndesat." însă preţul onestităţii ar fi mare. „Cu afurisitul de contract prenupţial pe care m-a pus să îl semnez, aş pierde copiii."

Flirtul prelungit al lui Nancy cu un tătic întâlnit la meciul de fotbal al fiului ei i-a reaprins senzualitatea adormită de mult timp. „Sunt recunoscătoare pentru faptul că a trezit acea parte din mine care nu este doar mamă, soţie, servitoare. Sunt însă fericită că nu am trecut la acţiune", mi-a spus ea. Soţul lui Nancy a fost încântat de nou descoperita energie erotică a partenerei sale. Dar, se întreabă femeia, oare trebuie să îi spună despre „flirtul ei platonic"? Nancy are convingerea fermă că onestitatea înseamnă transparenţă totală.

în astfel de condiţii, poate că este mai înţelept ca partenerul implicat să tacă şi să rezolve singur lucrurile? Adevărul poate vindeca şi, uneori, recunoaşterea greşelii rămâne singura reacţie adecvată. Când vorbeşte despre spunerea adevărului, colega mea Lisa Spiegel foloseşte o formulă simplă şi eficientă: „întreabă-te: este onest, este util, este bun?"

Adevărul, însă, poate fi şi irevocabil distructiv, ba chiar agresiv, oferit cu o plăcere sadică. în nenumărate situaţii, am văzut cum sinceritatea a făcut mai mult rău decât bine, ceea ce m-a determinat să-mi pun întrebarea dacă minciuna poate avea uneori un rol protector. Pentru multă lume, această noţiune pare inimaginabilă. Dar revin: am auzit şi soţi care aflaseră şi care strigau: „Aş fi vrut să nu îmi spună niciodată!"

La un curs pentru terapeuţi, un participant care lucra intr-un azil mi-a cerut sfatul: „Ce îi pot spune unui pacient aflat în fază terminală care doreşte ca, înainte să moară, să îi mărturisească soţiei lui că a înşelat-o toată viaţa?" I-am răspuns: „înţeleg că, pentru el, mărturisirea venită după atâţia ani poate să pară o expresie sinceră de iubire profundă şi de respect. Dar trebuie să ştie că, poate, el va muri liniştit, însă ea va trăi tulburată. în timp ce el îşi va dormi somnul de veci, ea se va zbate, va avea insomnii şi îşi va imagina tot felul de scenarii, care, probabil, vor fi mult mai fierbinţi decât au fost vreodată aventurile lui. Asta e moştenirea pe care vrea să o lase?“

Uneori, tăcerea înseamnă să ai grijă de celălalt. înainte să îţi verşi vinovăţia asupra unui partener care nu bănuieşte nimic, cântăreşte la al cui bine te gândeşti în realitate. Oare purificarea sufletului este chiar atât de lipsită de egoism pe cât pare? Şi ce presupui că va face partenerul cu acele informaţii?

în cabinetul meu, am văzut situaţia şi din cealaltă direcţie, când am încercat să ajut o văduvă să treacă peste o dublă suferinţă: soţul ei murise de cancer şi, înainte să se stingă, îi mărturisise că o înşelase. Respectul nu presupune neapărat să spui totul, ci să te gândeşti ce va însemna pentru celălalt să afle anumite lucruri. Atunci când cercetezi argumentele pro şi contra, este util să gândeşti nu doar în termeni abstracţi de genul sau/sau, ci să te imaginezi în situaţia concretă, faţă în faţă cu celălalt. Vizualizează conversaţia — unde eşti, ce spui, ce citeşti pe faţa celuilalt, cum răspunde acesta?

întrebarea: „A spune sau a nu spune?" devine şi mai problematică atunci când normele sociale îi fac pe oameni extrem de vulnerabili. Atâta vreme cât există ţări unde femeile bănuite că s-au uitat la alt bărbat pot fi omorâte cu pietre sau arse de vii, sau unde homosexualii nu îşi pot vedea propriii copii, onestitatea şi transparenţa trebuie întotdeauna gândite în context şi numai de la caz la caz.

Terapeuţii trebuie să păstreze secretul?

Terapeuţii care se ocupă cu problemele de infidelitate ale cuplului se luptă şi ei cu spinoasa problemă a secretelor.

Abordarea convenţională stipulează că specialiştii din acest domeniu nu pot ascunde lucrurile şi că, pentru ca terapia să dea roade, infidelul trebuie să încheie relaţia extracon-jugală sau trebuie să o mărturisească. Altfel, partenerii vor fi îndrumaţi spre terapie individuală. Aud adeseori colegi americani spunând că „nu ai ce să faci cu un secret în mijlocul camerei". Interesant mi se pare faptul că alţi colegi, din alte ţări, susţin ceva diferit, mai exact că poţi face multe atâta vreme cât secretul nu este dezvăluit. Odată ce ai tras cortina, nu mai există cale de întoarcere. Ei sunt împotriva dezvăluirilor gratuite, aducând ca argumente durerea inutilă produsă partenerului şi daunele provocate relaţiei.

In ultimii ani, un număr mic de terapeuţi, printre care Janis Abrahms Spring şi Michele Scheinkman, au început să critice principiile americane legate de secrete, spunând că abordarea tradiţională nu este de ajutor, fiind limita-toare şi chiar dăunătoare. Am ales să adopt ceea ce Spring numeşte „politica secretelor deschise". Când întâlnesc pentru prima oară un cuplu, le spun

celor doi că mă voi vedea cu ei atât împreună, cât şi separat, şi că şedinţele noastre individuale vor fi confidenţiale. Fiecare primeşte un spaţiu privat în care să îşi analizeze problemele. Ambii parteneri trebuie să fie de acord cu asta. Asemenea lui Spring, văd decizia de a dezvălui sau nu adulterul ca făcând parte din terapie, şi nu ca fiind o precondiţie pentru terapie.

Abordarea nu e lipsită de complicaţii, cu care mă lupt constant. Nu de puţine ori, când un partener află că a fost înşelat, trebuie să răspund afirmativ la întrebarea „Dumneavoastră aţi ştiut?" Situaţia este dureroasă, dar, conform contractului nostru, nu reprezintă o încălcare a eticii. Şi deocamdată mi se pare a fi varianta mai productivă. „O politică fără secrete îl ţine pe terapeut ostatic, incapabil să ajute în, poate, cel mai critic moment din relaţia de cuplu“[49], a explicat Scheinkman.

Această politică nu se aplică doar relaţiilor extraconjugale. Momentul în care mi-am dat seama de asta a fost o şedinţă în care femeia mi-a spus că, de douăzeci de ani, de-abia aştepta sfârşitul relaţiilor sexuale cu soţul său. Nu-i plăcea cum mirosea, iar ea trebuia să mimeze orgasmul. Ştiind că aceste lucruri nu se vor schimba şi nici nu reprezentau o miză foarte mare pentru căsnicia ei, nu a considerat că ar fi fost cazul să i le spună. Eram dispusă să continui terapia chiar dacă ştiam asta. Aşadar, a trebuit să mă întreb prin ce era acest secret diferit de celelalte?

Era mai puţin grav decât o relaţie extraconjugală? Soţul ei ar fi fost mai uşor rănit dacă ar fi aflat că l-a minţit atâta vreme, decât dacă ar fi aflat că se culcase cu altcineva? Să insist ca femeia să îi dezvăluie lipsa de plăcere sexuală şi apoi să continuăm terapia? Secretele sexuale există sub multe forme. Totuşi, terapeuţii tind să aibă mai mult de luptat cu sexul în afara căsătoriei decât cu zeci de ani de minciuni despre sexul în cuplu. Suntem martorii multor confidenţe fără să trăim conflicte etice. Iar infidelitatea nu e întotdeauna pe primul loc în ierarhia dezvăluirilor fundamentale.

Cum să spui adevărul în mai multe limbi

„Trăim într-o cultură ale cărei mesaje despre secrete produc confuzie", a explicat Evan Imber-Black în cartea ei The Secret Life of Families. „Dacă normele culturale au transformat cândva în secrete ruşinoase multe dintre evenimentele de viaţă, acum ne luptăm cu situaţia contrară: bănuiala că divulgarea secretelor — indiferent cum, când sau cui — este superioară din punct de vedere moral ascunderii lor şi că, automat, este o acţiune care vindecă."[50]

Pentru a înţelege perspectiva pe care o au americanii cu privire la secret şi la dezvăluirea adevărului, trebuie să examinăm definiţia actuală a intimităţii. Intimitatea modernă este aproape sinonimă cu autorevelarea, cu prezentarea celui mai personal „material" de care dispu-[nem] — sentimentele noastre. De la o vârstă fragedă, îi destăinuim secretele celui mai bun prieten al nostru. Cum se presupune că partenerul nostru de azi ne este şi cel mai bun prieten, credem că: „Ar trebui să îţi pot spune totul şi am dreptul de a avea acces imediat şi constant la gândurile şi sentimentele tale." Acest drept de a şti, precum şi prezumţia că a şti e sinonim cu a fi apropiat sunt o trăsătură a iubirii moderne.

Cultura noastră răstoarnă etosul francheţei absolute şi ridică rostirea adevărului la nivel de

perfecţiune morală. Alte culturi cred că, dacă totul e pus pe tavă şi nu mai există niciun fel de ambiguitate, atunci intimitatea nu creşte, ci dispare.

Fiind un hibrid cultural, eu îmi practic meseria în mai multe limbi. în domeniul comunicării, mulţi dintre pacienţii mei americani preferă sensurile explicite, sinceritatea şi „limbajul simplu", în locul opacităţii şi aluziilor. Pacienţii mei din Africa de Vest, Filipine sau Belgia sunt mai înclinaţi să rămână în ambiguitate decât să aleagă dezvăluirile directe. Caută cărările ocolitoare în locul drumului drept.

Când ne gândim la aceste contraste, este important să ţinem cont de diferenţa dintre privat şi secret. Privatul reprezintă o limită funcţională cu care cădem de acord prin convenţii sociale, a explicat psihiatrul Stephen Levine. Există lucruri despre care ştim că există, dar despre care alegem să nu discutăm, cum ar fi menstruaţia, masturbarea sau fanteziile sexuale. Secretele sunt chestiuni cu privire la care îi inducem în eroare pe ceilalţi în mod deliberat. Aceleaşi dorinţe şi tentaţii erotice sunt private într-un cuplu şi secrete în altul.[51] în anumite culturi, infidelitatea este tratată în general ca o chestiune privată (cel puţin pentru bărbaţi), dar în cultura noastră ea este, de obicei, un secret.

E aproape imposibil să discuţi despre diferenţele culturale fără a te opri un moment asupra comparaţiei favorite a americanilor când vine vorba despre sex: les Français. Debra Ollivier a observat că francezii „preferă implicitul în locul explicitului, subtextul în locul contextului, discreţia în locul indiscreţiei şi ceea ce este ascuns în locul evidenţei —fiind astfel exact opusul americanilor".[52] Pamela Druckerman, o ziaristă care a intervievat oameni de pe tot globul pentru cartea ei Lust in Translation, a explicat modul în care aceste înclinaţii modelează atitudinea francezilor faţă de infidelitate. „Discreţia pare să fie piatra de temelie a adulterului în Franţa"[53], a scris ea, remarcând că mulţi dintre cei cu care a vorbit preferau să nu spună şi să nu ştie. „Adulterele francezilor par să semene cu luptele din Războiul Rece, în cursul cărora cele două tabere nici măcar nu îşi scoteau armele."[53]

La fermă, însă, armele sunt folosite din plin. Americanii manifestă puţină toleranţă faţă de sexul în afara căsniciei, iar minciuna este adeseori condamnată mai sever decât fărădelegea pe care încearcă să o ascundă. Tăinuirea, disimularea, toate poveştile exagerate sunt ingredientele principale ale insultei şi sunt văzute drept o lipsă fundamentală de respect. Corolarul este că îi minţim numai pe cei socotiţi inferiori nouă: copii, anumiţi membri ai familiei, angajaţi. Prin urmare, auzim aceeaşi replică din dormitor până în sala de judecată: „Problema nu e că m-ai înşelat, ci că m-ai minţit!" Dar oare ne-am simţi mai bine dacă partenerii noştri ne-ar spune dinainte că au de gând să ne înşele?

Secrete şi opţiuni

Amira, o americancă de origine pakistaneză, masterandă, în vârstă de treizeci şi trei de ani, care face studii în domeniul asistenţei sociale, încă îşi aminteşte foarte clar ziua în care a descoperit secretul tatălui ei. „Tata mă învăţa să conduc maşina. Avea un breloc japonez ciudat agăţat de oglinda retrovizoare. într-o zi, am vrut să îl scot, dar m-a oprit şi mi-a spus că e un cadou de la Yumi, secretara lui. Mi-am amintit imediat numele, şapte ani mai târziu, când tata m-a rugat să

caut o adresă în telefonul lui şi am găsit o serie de SMS-uri de la cineva care semnase Y. Atunci mi-am dat seama."

„Ştie că ştii?", am întrebat-o. A negat, scuturând din cap. „O să îi spui vreodată?"

„Ceea ce vreau să îi spun cu adevărat este să înveţe să îşi şteargă SMS-urile! Poate că îi arăt chiar eu cum. îmi doresc să fi şters urmele. Nu-mi place să mă simt complice la faptul că a înşelat-o pe mama."

„Te-ai gândit să îi dezvălui secretul?", am întrebat-o. A răspuns imediat că nu.

Amira face parte din a doua generaţie de imigranţi, iar părinţii ei au venit în America înainte să se nască ea. Prin urmare, Amira e cu piciorul în două lumi. Ştie că, aici, tăcerea ei pare ciudată. „Prietenele mele americance ar fi fugit imediat la mamele lor. Pentru ele, dezvăluirea secretului ar fi fost lucrul corect şi plin de grijă care trebuia facut.“ Dar, deşi a mers la şcoală într-o suburbie din Kansas, când vine vorba despre chestiuni de familie, codul Amirei este tot cel din Karachi. „Da, preţuim sinceritatea şi încrederea, dar apreciem mai mult protejarea familiei", mi-a explicat.

Decizia Amirei a venit aproape de la sine. Iată care a fost logica ei: „Şi dacă îi spun mamei, ce rezolv? Distrug căminul. Fac bucăţi tot ce ne-am muncit să construim. Să ne comportăm ca americanii — impulsiv şi egoist —şi să ajungem noi, copiii, să petrecem weekendurile cu un părinte şi zilele săptămânii cu celălalt?"

Era furioasă şi indignată în numele mamei sale. „Părinţii mei se iubesc, a adăugat ea, şi trebuie să ştiţi că au avut o căsătorie aranjată. Mama se simte foarte jenată când vine vorba despre sex, dar nici tata nu e mai breaz. Intuiţia îmi spune că a ales varianta prin care familia să rămână unită. Poate că mama nu trebuie încărcată cu povestea asta. Pare corect aşa, deci mă simt împăcată. Cu excepţia acestei pete, tata este cel mai minunat părinte, soţ şi cetăţean. De ce aş distruge percepţia asupra acestor calităţi extraordinare?"

„Dar lipsa de respect faţă de mama ta?“, am întrebat.

„Aşa cum văd eu lucrurile, tata consideră că e o dovadă de respect să nu tulbure familia divulgând ceva ce nu am putea accepta. Cât despre mine, mi se pare o dovadă de respect să nu dezvălui nimic din ce descoperă singură. Nu aş îndrăzni să îi fac pe părinţii mei să se ruşineze arun-cându-le în faţă acest adevăr. Pentru ce? Numai ca să fim toţi «sinceri»?“

In mod clar, convingerea că dezvăluirea adevărului reprezintă o dovadă de respect nu este universală. în multe culturi, respectul este exprimat mai degrabă prin neadevăruri blânde, care au ca scop să păstreze imaginea socială şi liniştea interioară. Această opacitate protectoare e văzută ca fiind de preferat dezvăluirii care poate duce la umilire publică.

Raţionamentul Amirei face parte dintr-o moştenire culturală de milenii care depăşeşte graniţele Pakistanului şi se extinde la toate societăţile axate pe familie. Cadrul ei este unul colectivist, în care loialitatea faţă de familie cere compromisuri în ce priveşte fidelitatea — şi ascunde

secrete. Desigur, ne putem uita la situaţia ei prin lentila politicilor de gen, privindu-i deciziile ca pe o scuză tristă, dar ingenioasă pentru patriarhat. Totuşi, nu ne permitem să minimalizăm efectele dezastruoase pe care păstrarea secretelor le poate avea asupra copiilor. Secretele „fisurează relaţia cu ambii părinţi şi acţionează ca un râu subteran de confuzie şi durere, ce mătură totul în calea sa. Nu de puţine ori, duce la un comportament simptomatic şi la prefăcătorie din partea copiilor şi a adolescenţilor, care sunt trimişi să facă terapie, unde nu li se dezvăluie adevărata sursă a anxietăţii şi a supărării lor“[55], a subliniat colega mea Harriet Lerner.

Dar oare se află Amira într-o situaţie mai gravă decât colega ei, Marnie, născută în New York, care încă este bântuită de amintirea zilei în care a luat „telefonul secret" al mamei şi l-a aruncat pe scări, în mâinile tatălui? „Merita să ştie că ea îl înşela!"

Mamie ştia de mai mulţi ani despre relaţia pe care mama ei o avea cu un chiropractician. „îşi ascundea telefonul secret în coşul cu rufe şi stătea ore în şir «călcând hainele». Mda. Nu era chiar atât de pasionată de treburile casnice." în acea zi fatală, „mama a început să ţipe ca o nebună: «O, Doamne, ce ai făcut? Ce ai făcut?» Lumea mea s-a năruit în câteva ore. Acum, toată familia este distrusă. Gata cu cinele în patru la restaurantele TGI Fridays, gata cu marile petreceri în familie, de sărbători. Ultima oară când i-am văzut pe mama şi pe tata împreună într-o cameră aveam cincisprezece ani."

Marnie suferă încă din cauza consecinţelor ireversibile ale aruncării telefonului, dar nu i-ar trece niciodată prin cap să pună sub semnul întrebării platforma morală de pe care l-a aruncat. Sistemul ei de valori, deşi diferit de la Amirei, este, de asemenea, instinctiv. în concepţia ei individualistă, „dreptul personal de a şti" este mai important decât armonia în familie. Pentru Marnie, minciuna înseamnă în mod categoric ceva greşit; pentru Amira, asta depinde de la o situaţie la alta.

Am fost adeseori martoră la ciocnirea dintre aceste două viziuni asupra lumii. Una dintre părţi o acuză pe cealaltă de duplicitate şi lipsă de transparenţă. Cealaltă este îngrozită de revărsarea de secrete în numele sincerităţii. Una este şocată de distanţa pe care cealaltă pare să o pună între bărbaţi şi femei. A doua vede sinceritatea brutală ca pe un element care distruge iubirea şi se opune dorinţei. Culturile colectiviste şi individualiste reuşesc să administreze şi secretele, şi dezvăluirile, cu argumente pro şi contra. Din moment ce tindem să rămânem blocaţi în propria paradigmă, este instructiv să ştim cum rezolvă un individ din altă ţară acelaşi tip de situaţie, cu o etică şi o logică relaţională diferite. în lumea globalizată de azi, suntem, în majoritate, copiii mai multor culturi, iar aceste dialoguri au loc în inimile şi în minţile noastre.

Ce să spui, ce să nu spui?

Dilemele referitoare la dezvăluirea adulterului nu se încheie atunci când acesta iese la iveală. întrebările revin la fiecare pas: „Ce să mărturisesc? Cât anume? Cum să o fac?“ Mai mult, ceea ce le spunem altora depinde de ceea ce suntem dispuşi să recunoaştem faţă de noi înşine. Foarte puţini oameni dintre cei pe care îi întâlnesc îi mint cu sânge-rece pe iubiţi. Cel mai frecvent, şi-au construit schele elaborate pentru a-şi legitima acţiunile, cunoscute de specialişti sub numele de „raţionalizări".

„înclinaţia către infidelitate depinde, într-o mare măsură, de capacitatea de a o justifica în faţa propriei persoane"[56], a explicat expertul în economie comportamentală Dan Ariely. Cu toţii vrem să ne uităm în oglindă şi să ne placă persoana pe care o vedem, dar mai vrem să facem şi lucruri despre care ştim că nu sunt chiar oneste. Prin urmare, ne justificăm intern diferitele forme de înşelătorie pentru a ne păstra o imagine de sine pozitivă — o mişcare de magician pe care Ariely a numit-o „factorul arbitrar".

Atunci când ne confruntăm cu urmările infidelităţii, este important să demontăm aceste motivări, altfel riscăm, pur şi simplu, să le vărsăm în capul partenerului, iar asta în numele adevărului. Kathleen avea antenele pe recepţie de câţiva ani, dar când nu a mai tolerat absenţa emoţională şi sexuală a lui Don, s-a uitat mai atent în iPad-ul soţului ei. Suspiciunile i-au fost confirmate, iar acum vrea adevărul, tot adevărul şi numai adevărul. Don a venit la mine pentru a-1 sfătui cu privire la modul în care ar trebui să îi răspundă la întrebări.

Don are şaizeci şi ceva de ani, dar pare mai tânăr, s-a născut la Chicago şi a avut o copilărie marcată de sărăcie, un tată care se chinuia să îşi păstreze slujba şi o mamă, venerată de el, care reuşea să muncească în două locuri. Don a trudit pentru a se putea bucura de o viaţă confortabilă şi rafinată, şi s-a dedicat comunităţii locale, devenind unul dintre liderii acesteia. Kathleen este a doua lui soţie — sunt căsătoriţi de douăzeci şi doi de ani. Din momentul în care intră într-o cameră îţi devine clar că este un om marcat de contradicţii profunde. îşi iubeşte soţia, i-a fost întotdeauna devotat, dar niciodată fidel.

Pentru început, l-am rugat să îmi spună cum stau lucrurile. Kathleen ştie despre cele două amante ale lui, Lydia şi Cheryl. De asemenea, ştie că acestea fac parte din viaţa lui de zeci de ani şi că locuiesc, foarte convenabil pentru el, pe coaste diferite ale Americii, la mare distanţă de casa familiei. în timp ce îmi explica modul de organizare a triplei lui vieţi, am simţit că este uşor iritat că a fost descoperit. La urma urmei, îşi manipulase trioul cu atâta atenţie şi discreţie! Plăcerea relaţiilor extraconjugale, a recunoscut Don, era sentimentul de control perfect pe care i-1 dădea această lume proprie, ascunsă de ochii societăţii.

Acum, Kathleen are toate informaţiile de bază. întrebarea ei este: de ce s-a întâmplat asta?

„Şi tu ce o să îi spui?“, l-am întrebat.

„Păi, adevărul e că am avut relaţii cu celelalte femei pentru că acasă nu eram satisfăcut din punct de vedere sexual."

Dintre sutele de adevăruri pe care nu i le-a spus soţiei sale, acesta este cel cu care a ales să înceapă? Mi-a fost clar că aveam mult de lucru. L-am rugat pe Don să se gândească la cum o va face asta să se simtă pe soţia lui. Şi, mai important, era atât de adevărat pe cât credea el că ar fi? Sau e doar una dintre justificările lui?

„Chiar crezi că, dacă ai fi fost mai mulţumit de sexul cu soţia ta, nu ţi-ai fi luat amante?“, am întrebat, semiretoric. „Da, chiar cred", a insistat el.

Mi-a relatat apoi o poveste lungă şi complicată despre menopauză, hormoni, cum era ea stresată

de părerea celorlalţi şi cum avea el probleme cu păstrarea erecţiei. Cu amantele lui nu avea astfel de probleme, lucru care nu m-a mirat. Dar înainte de a merge să îi spună soţiei că a făcut asta pentru că îi lipsea ceva în relaţia cu ea, ar fi trebuit să se întrebe în ce măsură era el absent din peisaj. Bănuiesc că, dacă aş întreba-o pe Kathleen, aceasta ar fi de acord că, dată fiind absenţa lui emoţională pe termen lung, viaţa lor sexuală devenise plicticoasă şi lipsită de imaginaţie.

Cum Don pare să nu se simtă în largul lui, am decis să apăs mai tare pedala. „Imaginaţie — acesta este cuvântul-cheie aici. în aventurile tale, erecţia începe pe drumul către amantă. Nu ai nevoie de pastila albastră, pentru că ceea ce te excită este scenariul, planificarea, hainele alese cu grijă. Anticiparea alimentează dorinţa. Când vii acasă şi primul lucru pe care îl faci este să îţi scoţi hainele elegante şi să îţi pui pantalonii de trening, nimeni nu o să se excite."

Don a fost puţin surprins de cuvintele mele foarte directe, dar a ascultat cu atenţie. în niciun caz nu este prima persoană care să vină la mine şi să se plângă de viaţa sexuală anostă de acasă. Nu neg efectele de distrugere a erotismului pe care le induce viaţa domestică. Dar sexul cu soţia lui nu are nicio şansă să meargă, dacă toată energia lui este dedicată amantelor. în loc să dea vina pe lipsa de pasiune de acasă pentru aventurile lui, poate că ar trebui să se gândească la faptul că aventurile poartă o parte din vină pentru plictiseala sexuală trăită cu soţia. în plus, are de multă vreme obiceiul să înşele, a făcut-o şi în prima căsnicie, şi în toate relaţiile care au urmat. Asta nu are legătură cu hormonii, vârsta sau excitarea. Are legătură doar cu el.

„Acum înţelegi că ceea ce voiai să îi spui soţiei nu este adevărat? Acestea sunt justificările tale — poveşti pe care ţi le creezi pentru a motiva continuarea comportamentului din prezent. Hai să găsim ceva sincer de spus.“

De-a lungul conversaţiilor, am ajuns să îl cunosc pe Don şi să îmi placă personajul. Nu este Don... Juan-ul care să trăiască din cuceriri. Poate sună ciudat, dar este un bărbat care chiar iubeşte şi respectă femeile. Ele l-au crescut şi l-au format: mama lui, surorile, mătuşile, profesoarele, în copilărie şi în adolescenţă, îi lipsea încrederea în sine, având conştiinţa acută a educaţiei precare şi a începuturilor foarte modeste. S-a gândit că o modalitate de a se simţi „mai bărbat" era să se înconjoare de femei puternice, care au reuşit în viaţă. Ambele amante, pe care le are de multă vreme, sunt absolvente de universităţi din Ivy League, au „vârste potrivite, au copii mari şi nu vor mai mult" — potrivirea perfectă, pentru că le-a spus clar, de la bun început, că nu îşi va părăsi niciodată soţia. Este atent, respectuos, loial. Unii l-ar considera un adevărat gentleman.

„Ele ştiu una de alta?", l-am întrebat. A recunoscut că Amanta 1 ştie despre Amanta 2, dar Amanta 2 ştie doar despre existenţa soţiei. I-a făgăduit Amantei 1 că nu se va mai culca cu Amanta 2, promisiune pe care nu a respectat-o. Şi le-a spus amândurora aceeaşi jumătate de adevăr pe care mi-a spus-o şi mie: că acasă nu este satisfăcut sexual. Puţin câte puţin, pe măsură ce am desfăcut nodurile complicate ale relaţiilor lui, şi-a dat seama că le-a minţit pe toate trei.

Convieţuirea cu trei femei a produs multe daune. La început, Don avea o viaţă cu un mic secret pe lângă ea. Dar, pe măsură ce timpul trecea, secretul a început să îi organizeze întreaga existenţă. în general, secretele au tendinţa de a se înmulţi precum ciupercile după ploaie. Nu îi poţi spune partenerei unde erai între orele şase şi opt, pentru că, pe urmă, poate că o să fii obligat

să îi spui unde erai între patru şi cinci. Te gândeşti că ţii totul în mână, când, de fapt, eşti din ce în ce mai fragmentat. Pe măsură ce bucăţelele lui au început să se lipească la loc, într-un tot coerent, Don s-a simţit mai puţin descompus şi a devenit mai deschis cu propria persoană, ba chiar şi cu soţia lui.

„Ce ţi-a mai cerut Kathleen?“, l-am întrebat.

„I-am promis că nu o să mai fac niciodată aşa ceva, dar m-a întrebat: «Şi ce o să te oprească dacă o să ai ocazia?» I-am spus că nu o să mai fac deoarece ştiu că, dacă ar afla, nu ar mai fi nicio speranţă pentru repararea relaţiei noastre."

Don a subliniat teama de a fi prins. Este onest din partea lui, dar nu suficient. Ce s-ar întâmpla dacă ar fi sincer cu Kathleen cu privire la faptul că, prin firea lui, nu este bărbatul unei singure femei?

A părut uimit de idee. „Nu, nu i-am spus niciodată asta. M-am temut de reacţia ei. Cred că ar fi răspuns că nu asta e relaţia în care a intrat." „Corect. Şi nu îţi sugerez să îi aduci în casă un harem. Dar problema este că relaţia în care a intrat nu includea nici minciuna. Nu i-ai dat niciodată posibilitatea de a alege. Prin definiţie, dacă faci ceva pe la spatele celuilalt, acţionezi unilateral."

Don s-a simţit surprins şi, totodată, eliberat. „îmi iubesc soţia, dar iubesc şi alte femei. Aşa am fost întotdeauna. Simplul fapt că recunosc îmi e de mare ajutor. Nu am spus niciodată asta, nici lui Kathleen şi nici măcar mie însumi." Iată-ne ajunşi la un nivel nou de adevăr. Foarte frecvent, după descoperirea adulterului, aud partenerii vinovaţi promiţând că nu vor mai fi în veci atraşi de altcineva. Ceea ce, pur şi simplu, duce la şi mai multe minciuni. Ar fi mai realist să spui: „Da, s-ar putea să mă ispitească alte femei, dar pentru că te iubesc şi te respect, nu vreau să te fac din nou să suferi, deci voi alege să nu acţionez în baza acestei atracţii." Iată o declaraţie mai onestă şi în care poţi avea mai uşor încredere.

Acum, că ne-am lămurit ce vrea Don să îi spună soţiei, am propus să ne îndreptăm atenţia către modul cum o va face. Am sugerat să înceapă cu o epistolă. Scrisă de mână, peri-tru că aşa capătă o tentă mai personală, şi predată direct.

Am stabilit trei deziderate. în primul rând, să îşi asume responsabilitatea pentru comportamentul lui, care a rănit-o, şi în special pentru modul în care şi-a justificat relaţiile, oferindu-i doar un fragment din sine. în al doilea rând, să se arate vulnerabil în faţa ei cu privire la propriile înclinaţii şi maniera în care, ani la rând, şi le-a motivat dând vina pe ea. Iar în al treilea rând, să îşi reverse iubirea asupra ei şi să lupte pentru păstrarea relaţiei lor.

De-a lungul anilor, am ajuns la concluzia că scrisorile de dragoste ajută mai mult în procesul de vindecare decât practica terapeutică obişnuită, care presupune a-i cere partenerului infidel să facă un inventar exhaustiv al fărădelegilor sale: hoteluri, date, călătorii, cadouri. M-am gândit că Don avea nevoie să recunoască faptul că era un maestru al minciunilor. Nu mi-a trecut prin cap că lui Kathleen i-ar fi de ajutor să ştie detaliile fiecărei minciuni.

Când a revenit, săptămâna următoare, Don mi-a spus că soţia lui fusese mişcată de efortul său şi de sinceritatea dovedită în scrisoare, dar şi că se arătase prudentă — voia să creadă, şi totuşi se temea să aibă încredere. Am speranţe pentru acest cuplu. în ciuda faptului că şi-a oferit privilegii ascunse şi egoiste, Don şi-a iubit întotdeauna soţia, încă de la prima şedinţă am putut sesiza asta în modul în care vorbea despre ea—-cu respect, dragoste.şi admiraţie. Kathleen a fost profund rănită, însă poveştile de amor ale lui Don nu i-au distrus iubirea şi părerea despre el, şi nici respectul pentru propria persoană. Este hotărâtă să nu lase criza să le ruineze viaţa.

în lunile care vor urma, îl voi îndruma pe Don, cât mai atent şi corect, în timp ce îşi încheie relaţiile de lungă durată cu Cheryl şi Lydia şi continuă să reconstruiască relaţia cu soţia lui. I se va întâmpla frecvent să cedeze tentaţiei de a minţi când Kathleen îl va întreba despre venirile şi plecările lui. O să treacă ceva timp până când va scăpa de acest obicei prost, însă Don este hotărât. încă de-acum, ori de câte ori îi dă un răspuns direct, este uimit de simplitatea gestului. Chinul nu s-a sfârşit, dar simt că vor ieşi din această criză mai puternici şi mai apropiaţi.

Cât de mult vrei să ştii?

Lucrez de ambele părţi ale balanţei trădării conjugale — fac coaching cu mincinoşi obişnuiţi, ca Don, dar şi consiliere cu cei care au fost înşelaţi. De regulă, presupunem că oamenii vor să ştie totul şi ne grăbim să judecăm autopă-călirea celor care aleg ignoranţa voluntară.

Carol a ştiut întotdeauna că soţul ei este alcoolic. însă nu a ştiut până de curând că îi plăcea să combine băutura cu prostituatele. în timp ce analizează opţiunile pe care le are la îndemână, nu e sigură că vrea să afle mai mult. „E alegerea ta, i-am spus. Este OK dacă nu vrei toate detaliile. Lasă-1 să poarte el povara acestor informaţii şi să îşi asume responsabilitatea pentru ele, cât se gândeşte la cine vrea să fie el, ca bărbat, ca persoană."

Există şi oameni care simt nevoia de a-şi îneca amarul în detalii. Dar, în efortul de a le proteja în faţa avalanşei de descoperiri, le amintesc că, odată ce ştim, trebuie să facem faţă consecinţelor lucrurilor pe care le-am aflat. întreb adeseori: „Chiar vrei un răspuns la întrebarea ta — sau vrei ca partenerul să ştie că ai pus această întrebare?"

Fac distincţia între două tipuri de întrebări: „întrebările de detectiv", care caută detaliile sordide, şi „întrebările de investigare", care vor să descopere înţelesurile şi motivele.

întrebările de detectiv sunt de tipul: „De câte ori te-ai culcat cu el? Ai făcut-o în patul nostru? Ţipă când are orgasm? Câţi ani spuneai că are? I-ai supt-o? Era epilată total? Te-a lăsat să îi faci sex anal?" întrebările de acest gen produc răni suplimentare şi traumatisme noi, plus comparaţii din care tu ieşi întotdeauna în pierdere. Da, e necesar să ştii dacă a folosit prezervativ sau dacă trebuie să îţi faci analize. Ai nevoie să ştii dacă trebuie să te îngrijorezi cu privire la contul bancar. Dar poate că nu ţi-e de folos să ştii dacă era blondă sau brunetă, dacă avea sânii siliconaţi sau dacă penisul lui era mai mare. Interogaţiile, poruncile, dovezile medicale nu îţi vor alina temerile fundamentale. Ba chiar vor face reconcilierea mult mai dificilă şi, dacă alegeţi să vă despărţiţi, acestea vor alimenta imaginaţia avocaţilor. Există un alt tip de întrebări care pot fi mai utile pentru recăpătarea încrederii?

întrebările de investigare recunosc că adevărul se află, adeseori, dincolo de faptele concrete. Ele includ: „Ajută-mă să înţeleg ce a însemnat această aventură pentru tine; o căutai, sau pur şi simplu s-a întâmplat? De ce acum? Cum era când te întorceai acasă? Ce trăiai acolo şi nu aveai cu mine? Simţeai că ai dreptul la o aventură? Ai vrut să aflu? Ai fi încheiat-o şi dacă nu aş fi descoperit-o? Eşti uşurat că discutăm deschis despre asta, sau ai fi preferat să mergem pe ascuns? încercai să mă părăseşti? Crezi că trebuie să te iert? M-ai respecta mai puţin dacă te-aş ierta? Sperai să plec eu, ca să nu te simţi responsabil pentru distrugerea familiei?[11] Abordarea investigativă pune mai multe întrebări lămuritoare pentru sensul aventurii şi se concentrează mai degrabă pe analiză decât pe ce s-a întâmplat.

Uneori adresăm câte o întrebare în spatele căreia se ascunde întrebarea reală. „Cum era sexul cu el?“ este adesea un înlocuitor pentru „Nu-ţi place sexul cu mine?“ Ceea ce vrei să ştii este legitim, dar modul în care pui întrebarea are o influenţă majoră asupra liniştii tale interioare. Colegul meu Steve Andreas sugerează că, pentru a transforma o întrebare de detectiv într-una de tip investigativ, merită să reflectezi: „Cu ce mă ajută dacă aflu toate răspunsurile la toate întrebările mele?“ Asta te poate conduce la o serie de interogaţii mai utile, care respectă intenţia întrebării originare, dar evită capcanele informaţiei nefolositoare.

Marcus, unul dintre pacienţii mei, simte că, pentru a avea din nou încredere, trebuie să ştie totul de-a fir a păr. îl perpeleşte pe Pavel la foc mic pentru a afla toate detaliile activităţii lui pe Grindr. „îţi pun o întrebare; vreau un răspuns." Am înţeles nevoia lui Marcus de reorientare, dar i-am sugerat că această scotocire prin gunoaie, în loc să fie calmantă, va produce mai multă furie, mai puţină intimitate şi mai multe urmăriri de tip poliţienesc.

Astăzi, în numele recăpătării încrederii, se întâmplă frecvent ca partenerul înşelat să ceară acces la telefoane mobile, parole de e-mail şi conturi pe reţelele de socializare. în perioada imediat următoare descoperirii, este rezonabil ca ambii parteneri să stabilească anumite limite pentru a-şi păstra liniştea — de pildă, încetarea oricărei comunicări cu amantul/amanta sau venirea acasă imediat după muncă, în locul rămânerii la bar. Foarte des însă există presupunerea că adulterinul şi-a pierdut orice drept la viaţă privată. Psihologul şi autorul Marty Klein consideră că, în loc să întărească încrederea, acest comportament o distruge. „Nu poţi opri pe cineva să te înşele din nou. Ori alege să fie fidel, ori nu. Dacă vrea să fie infidel, nici toată monitorizarea din lume nu îl va opri."[57]

încrederea şi adevărul merg mână în mână, dar trebuie să recunoaştem că există mai multe tipuri de adevăr. Care sunt adevărurile utile, pentru noi ca indivizi şi ca părţi ale unui cuplu, în lumina alegerilor pe care urmează să le facem? Unele informaţii aduc clarificări; altele doar ne furnizează imagini ce ne vor tortura. îndreptarea întrebărilor noastre către ce anume înseamnă relaţia extracon-jugală — dorinţe, temeri, pasiuni, speranţe — oferă un rol alternativ celui de victimă transformată în ofiţer de poliţie. Curiozitatea autentică creează un pod — un prim pas către reînnoirea intimităţii. Devenim colaboratori în a înţelege şi a repara. Aventurile sunt întreprinderi individuale, crearea sensului este o companie mixtă.

Partea a treia

SENSURI SI MOTIVE

CAPITOLUL 9

Chiar şi oamenii fericiţi înşală

Distrugerea sensurilor relaţiilor extraconjugale

Uneori îmi aud oasele trosnind sub greutatea tuturor vieţilor pe care nu le trăiesc.

Jonathan Safran Foer, Extrem de tare şi incredibil de aproape'

Sexul profită de emoţia descoperirii, iar şi iar, fiindcă suntem necunoscuţi nouă înşine... Ceea ce determină aventura nu este doar noutatea Celuilalt, cu toate că şi asta ajută, ci mai degrabă Celălalt din noi.

Virginia Goldner

„Şi dacă aventura nu ar avea nimic de-a face cu tine?“

Adeseori, această întrebare pare ridicolă pentru un partener dat la o parte pentru un iubit secret, un partener care a fost minţit şi înşelat de cel pe care îl credea iubirea vieţii

Jonathan Safran Foer, Extrem de tare şi incredibil de aproape, traducere din engleză de Andra Matzal, Editura Humanitas Fiction, Bucureşti, 2007. (N. red.)

lui. Trădarea intimă este personală — un atac direct în cel mai vulnerabil loc. Totuşi, a privi prin lentilele daunelor produse celui aflat în suferinţă este doar o parte a poveştii. De înşelat, şi-au înşelat partenerul, dar lor ce şi-au făcut? Şi de ce?

Păstrarea perspectivei duale — sensul şi consecinţele — este o parte centrală din munca mea. Faza 1 se concentrează în principal pe ce — criza, descompunerea, durerea, duplicitatea. Faza 2 se îndreaptă către de ce — sensul, motivele, demonii, experienţa în sine. A asculta aceste revelaţii cu mintea deschisă este esenţial în procesul de refacere, pentru toate părţile implicate.

„De ce înşală oamenii?" — iată o întrebare pe care o pun încontinuu în ultimii câţiva ani. în timp ce, în literatură, suntem invitaţi să tragem cu urechea la dorinţele complexe ale necredincioşilor căsătoriţi, în domeniul meu de activitate, motivele lor tind să fie reduse la una dintre cele două opţiuni: ori este o problemă în căsnicie, ori are individul respectiv o problemă. Prin urmare, după cum a explicat Michele Scheinkman, „ceea ce cândva, pentru Madame Bovary, era căutarea iubirii romantice este astăzi închis intr-un cadru al «trădării», care are mai puţin legătură cu iubirea şi dorinţa, şi mai mult cu simptome ce au nevoie de un tratament".

Teoria „simptomului" presupune următoarele: o relaţie extraconjugală ne alertează cu privire la o situaţie negativă preexistentă, fie ea o relaţie disfuncţională, fie un partener cu probleme. Şi, în multe cazuri, chiar aşa stau lucrurile. Numeroase persoane ajung să se facă vinovate de adulter pentru a compensa o absenţă, a umple un gol sau a găsi o scăpare. Ataşamentul nesigur,

evitarea conflictului, lipsa prelungită de sex, sentimentul de singurătate sau, pur şi simplu, anii de blocaj în aceleaşi discuţii repetitive — mulţi adulterini sunt motivaţi de astfel de disfuncţii conjugale. S-au scris o mulţime de lucruri despre problemele care conduc la probleme. Cu toate acestea, terapeuţii se confruntă zilnic cu situaţii care sfidează asemenea motivaţii bine documentate. Cum să le interpretăm?

Este greu de acceptat că infidelitatea poate să apară în absenţa unor probleme conjugale serioase. Cultura noastră nu crede în adulterul nevinovat. Aşadar, când nu putem da vina pe relaţie, dăm vina pe individ. Literatura clinică abundă în tipologii de adulterini — ca şi cum caracterul este întotdeauna mai puternic decât situaţia. Jargonul psihologic l-a înlocuit pe cel religios, iar păcatul a fost eclipsat de patologie. Nu mai suntem păcătoşi; suntem bolnavi, în mod ironic, era mult mai uşor să ne spălăm de păcate decât să scăpăm de un diagnostic.

Pare ciudat, dar afecţiunile clinice au devenit o monedă mult râvnită pe piaţa de recuperare după adulter. Unele cupluri vin în biroul meu cu diagnosticul în mână. Brent este dornic să îmbrace mantia patologiei, dacă asta ar însemna să găsească o explicaţie pentru cei douăzeci de ani de alergat după alte femei. în schimb, soţia sa, Joan, se arată mai puţin entuziastă. „Terapeutul i-a spus că are o tulburare de ataşament, pentru că tatăl său l-a abandonat şi l-a lăsat să aibă grijă, singur, de mama şi de sora lui. Dar eu îi spun: «Nu poţi, pur şi simplu, să admiţi că eşti un porc? Ai nevoie de un diagnostic?»"

Sheryl, soţia lui Jeff, tocmai a descoperit o mulţime de dovezi că acesta frecventează site-urile BDSM' şi se întâl- [1] neşte cu diferite femei pentru sex. După mai multe şedinţe cu un terapeut, Jeff a căpătat convingerea că este un „obsedat sexual" care îşi administrează singur un tratament pentru depresie, în carcere sexuale. Soţia lui e de aceeaşi părere şi, într-adevăr, situaţia poate fi reală. Dar stabilirea unui diagnostic pentru comportamentul său nu trebuie utilizată ca o metodă pentru evitarea explorării teritoriului tenebros al înclinaţiilor lui perverse. E mai uşor să pui etichete decât să cercetezi.

Dacă diagnosticele psihologilor nu sunt destul de convingătoare, avem la îndemână şi domeniul exploziv al neuroştiinţei populare. Nicholas, a cărui soţie, Zoe, este implicată într-o relaţie extraconjugală de mai bine de un an, avea un aer vizibil mai luminos când a sosit la ultima noastră şedinţă fluturând un exemplar din New York Times. „Uite, mi-a strigat, arătându-mi articolul principal: «Infidelitatea stă ascunsă în genele noastre». Ştiam eu că din pricina căsniciei deschise a părinţilor ei, simţul moral al lui Zoe e mai puţin dezvoltat. Este ceva ereditar!"

Nu există nicio îndoială că multe soţii renegate dau semne de depresie, comportament compulsiv, narcisism, tulburări de ataşament sau, pur şi simplu, sociopatie. Astfel, uneori, diagnosticul corect clarifică o purtare aparent inexplicabilă, care îi provoacă suferinţă atât persoanei în cauză, cât şi celui care suferă consecinţele. în aceste situaţii, este un instrument util, ce ajută la găsirea unei căi către analiză şi recuperare. Dar, foarte frecvent, sărim direct la diagnostic, scurtcircuitând procesul de identificare a sensului.

Experienţa m-a obligat să caut mai departe, dincolo de părerea larg răspândită că infidelitatea

reprezintă un simptom al unei relaţii defectuoase sau al unei persoane dezechilibrate. Motivaţia la îndemână nu este întotdeauna cea corectă. Am învăţat această lecţie când am scris Mating in Captivity. Mi s-a spus întotdeauna că problemele sexuale sunt consecinţa problemelor relaţionale şi că, dacă repari relaţia, se repară şi chestiunea sexului. Deşi teoria stă în picioare în multe cazuri, am întâlnit o grămadă de alte cupluri care îmi spuneau: „Ne iubim foarte mult. Avem o relaţie extraordinară. Doar că nu facem sex.“ în mod evident, impasul lor sexual nu era doar un simptom al poveştii de dragoste care se ducea pe apa sâmbetei. Astfel, a trebuit să căutăm în locuri mai puţin evidente rădăcinile eşecului lor erotic — ceea ce a însemnat să vorbim despre sex, lucru pe care terapeuţii de cuplu, de cele mai multe ori, îl evită.

Tot aşa, înţelepciunea convenţională ne-ar spune că relaţiile intime de calitate garantează fidelitatea. Modelul nostru de iubire romantică implică faptul că, dacă o relaţie este sănătoasă, nu e nevoie să cauţi în altă parte. Dacă acasă te simţi în siguranţă, văzut, apreciat, respectat şi dorit, atunci de ce ai mai umbla după altcineva? Din această perspectivă, un adulter este de facto produsul unei lipse. Prin urmare, terapia de succes are ca obiectiv să identifice şi să vindece problemele care au produs adulterul, astfel încât cuplul să plece cu un certificat de vaccinare în mână. Dar această abordare a rezolvării impasului poate neutraliza limitele şi ambiguităţile iubirii?

Nu cred asta. în primul rând, deoarece sugerează că există căsătorie perfectă, care ne va vaccina împotriva dorului de ducă. în al doilea rând, pentru că, pur şi simplu, lucrurile nu par să funcţioneze aşa. Şedinţă după şedinţă, întâlnesc oameni care mă asigură: „îmi iubesc soţia/soţul. Suntem cei mai buni prieteni şi suntem fericiţi împreună. Dar eu am o relaţie extraconjugală.“

Mulţi dintre aceşti oameni au fost fideli ani la rând, chiar decenii întregi. Par să fie indivizi echilibraţi, maturi, atenţi, profund implicaţi în relaţiile lor. Şi totuşi, într-o zi, traversează o graniţă pe care nu şi-au imaginat vreodată că o vor trece, riscând să năruie tot ce au construit. Pentru ce anume?

Cu cât ascult mai des astfel de poveşti despre abateri aproape neverosimile — de la aventuri de o noapte până la iubiri pasionale—,cu atât sunt mai dornică să găsesc explicaţii mai puţin evidente. De ce înşală oamenii fericiţi?

în acest scop, îi încurajez pe partenerii infideli să îmi spună povestea lor. Vreau să înţeleg ce înseamnă adulterul pentru ei. „De ce ai făcut-o? De ce el? De ce ea? De ce acum? A fost prima oară? Tu ai avut iniţiativa? Ai încercat să te opui? Cum te-ai simţit? Căutai ceva? Ce ai găsit?“ Toate aceste întrebări mă ajută să analizez sensurile şi motivele infidelităţilor.

Oamenii înşală dintr-o mulţime de motive şi, de fiecare dată când mă gândesc să le-am auzit pe toate, apare o altă variaţiune. Dar există o temă care se repetă: adulterul ca o formă de autodescoperire, o căutare a unei identităţi noi (sau pierdute). Pentru aceşti exploratori, infidelitatea nu este un simptom al unei probleme, ci este frecvent descrisă drept o experienţă complexă, care include creştere, explorare şi transformare.

„Complexă?! — îi aud pe unii exclamând. Autodescoperire, pe naiba! Sigur, asta sună mai bine decât că şi-a făcut de cap într-o cameră de motel de pe autostradă. înşelatul e înşelat, indiferent

ce etichete şmechere new age vrei să îi pui! Este crud, este egoist, este necinstit, este un abuz.“ într-adevăr, pentru cel care a fost trădat poate fi toate astea la un loc. Dar ce a însemnat pentru celălalt?

Odată ce criza iniţială se linişteşte, este important să facem loc pentru cercetarea experienţei subiective a adulterului, ca şi a durerii pe care a produs-o. Ceea ce pentru Partenerul A poate că a fost o trădare îngrozitor de dureroasă, pentru Partenerul B a însemnat o experienţă cu putere transformatoare. înţelegerea motivului pentru care s-a întâmplat infidelitatea şi a ce anume a însemnat ea este esenţială atât pentru cuplurile care aleg să încheie relaţia, cât şi pentru cele care doresc să rămână împreună, să reconstruiască, să reînvie.

în căutarea unui nou sine

Uneori, când ne uităm după altcineva, nu fugim de partenerul nostru, ci fugim de persoana care am devenit noi înşine. Nu căutăm atât un alt iubit, cât o altă versiune a individualităţii noastre. Eseistul mexican Octavio Paz a descris erotismul ca pe o sete de transfigurare.[58] Şi, foarte frecvent, persoana pe care o descoperă oamenii într-o relaţie extra-conjugală nu este un nou partener, ci un nou sine.

Din prima scrisoare pe care am primit-o de la Priya răz-bătea confuzie şi suferinţă. „Cele mai multe descrieri ale căsniciilor cu probleme nu par să se potrivească situaţiei mele, şi-a început ea mărturisirea. Colin şi cu mine avem o relaţie minunată. Trei copii extraordinari, niciun stres financiar, cariere pe care le iubim, prieteni minunaţi. El e un fenomen la serviciu, arată superb, e un iubit atent, în formă şi generos cu toată lumea, inclusiv cu părinţii mei. Viaţa mea este bună.“

Cu toate acestea, Priya a început o aventură cu tipul de la spaţii verzi care a tăiat copacul prăbuşit pe garajul vecinului în timpul uraganului Sandy. „Nu e nicidecum genul de om cu care să mă văd — deloc, deloc, deloc! Conduce un camion şi e plin de tatuaje. E atât de banală povestea, încât mă doare să o spun cu voce tare — cam ca povestea dintre şeful cam în vârstă şi secretara tânără şi sexy. Şi e periculoasă. Poate să distrugă tot ce am construit, iar eu nu vreau asta. Singura care ştie este terapeuta mea, care mi-a spus să îi blochez numărul de telefon şi să nu mai vorbesc niciodată cu el. îmi dau seama că are dreptate şi am încercat, dar o iau mereu de la capăt."

Mi-a relatat experienţa ei pe jumătate fascinată, pe jumătate îngrozită. „Nu avem unde să mergem, aşa că ne ascundem în camionul lui, în cinematografe, sau pe bănci, în parc, cu mâna lui în chiloţii mei. Mă simt ca o adolescentă cu iubitul ei." Mi-a subliniat iar şi iar ideea „ca în vremea şcolii". Au făcut sex doar de vreo şase ori de când sunt împreună; e vorba mai mult despre a te simţi sexy decât despre a face sex. Şi a rămas blocată în foarte frecventa dilemă a adulterinului: „Nu mă pot opri, dar chestiunea asta nu poate continua."

Priya nu-şi poate da seama cum de a ajuns într-o situaţie atât de complicată. împărtăşeşte şi ea teoria că astfel de lucruri se întâmplă numai când lipseşte ceva din căsnicie. Totuşi, în timp ce-mi lăuda meritele vieţii sale de cuplu, am început să suspectez că aventura ei nu are legătură nici cu

soţul şi nici cu relaţia lor.

Să cauţi cu încăpăţânare cauze conjugale în astfel de situaţii este un exemplu pentru ceea ce se numeşte „efectul felinarului": beţivul care îşi caută cheia nu acolo unde probabil să a scăpat-o, ci acolo unde e lumină. Oamenii au tendinţa de a căuta unde le vine mai uşor, nu în locurile în care există mai multe şanse să se afle adevărul. Poate că asta explică de ce mulţi terapeuţi de cuplu subscriu la teoria simptomului. în acest fel, se pot concentra pe teritoriul familiar al relaţiei, în loc să se cufunde în mlaştina fărădelegii. Este mai uşor să dai vina pe o căsnicie ratată decât să te lupţi cu necunoscutele existenţiale ale ambiţiilor, ale dorinţelor, ale plictiselii. Problema este că, spre deosebire de beţiv, a cărui căutare e inutilă, terapeuţii descoperă întotdeauna probleme într-o căsnicie. Doar că, probabil, ele nu sunt cheile potrivite pentru a debloca înţelesul adulterului.

O analiză medico-legală a căsniciei Priyei ar scoate la iveală în mod clar un lucru: poziţia ei inferioară ca partenerul care câştigă mai puţin; tendinţa ei de a-şi reprima furia şi a evita conflictul; claustrofobia pe care o simte uneori; fuziunea gradată a două persoane intr-un „noi“, atât de succint rezumată în fraza: „Ne-a plăcut la acel restaurant?" Dacă ea şi cu mine am fi urmat acea cale, am fi purtat o discuţie interesantă, dar nu cea pe care era nevoie să o avem. Faptul că un cuplu are „probleme" nu înseamnă că acele probleme au condus la adulter.

„Cred că aici este vorba despre tine, nu despre căsnicia ta, i-am sugerat Priyei. Aşa că vorbeşte-mi despre tine." „Am fost întotdeauna bună. Fiică bună, soţie bună, mamă bună. Mi-am făcut întotdeauna datoria. Premiantă pe toată linia.“ Provenind dintr-o familie de imigranţi indieni, cu mijloace modeste, pentru ea, „ce doresc eu“ nu a fost niciodată despărţit de „ce vor ei de la mine“. Nu a mers niciodată la petreceri, nu a băut, nu a stat până târziu, a fumat primul ei joint la douăzeci şi doi de ani. După ce a terminat Medicina, s-a căsătorit cu tipul potrivit şi chiar şi-a invitat părinţii să locuiască împreună cu ei, înainte să le cumpere un apartament propriu, unde să îşi petreacă anii de pensie. La patruzeci şi şapte de ani, este bântuită de întrebarea destabilizantă: „O să mă iubească şi dacă nu sunt perfectă?[11] O voce din mintea ei se întreabă cum o fi viaţa pentru cei care nu sunt atât de „buni“. Sunt ei mai singuri? Mai liberi? Se distrează mai mult?

Relaţia Priyei nu este nici un simptom, nici o patologie; este o criză de identitate, o rearanjare internă a personalităţii sale. în şedinţele noastre, vorbim despre datorie şi dorinţă, despre a fi în vârstă şi despre tinereţe. Fiicele ei devin nişte domnişoare şi se bucură de o libertate pe care ea nu a cunoscut-o niciodată. Priya este în acelaşi timp gata să le sprijine, dar le şi invidiază. Pe măsură ce se apropie de graniţa jumătăţii de veac, îşi trăieşte propria rebeliune adolescentină întârziată.

Poate că aceste introspecţii par artificiale — probleme mărunte într-o societate dezvoltată. Aşa s-a exprimat şi Priya. Suntem amândouă de acord că are o viaţă de invidiat. Totuşi, riscă să dea cu piciorul la tot ce are — un gând care m-a convins să nu trec rapid peste acest aspect. Rolul meu este să o ajut să îşi înţeleagă acţiunile. în mod limpede, nu avem de-a face cu o poveste de dragoste sortită să devină o poveste de viaţă (aşa cum se întâmplă cu unele relaţii de acest fel). Doar o relaţie extraconjugală care a început şi care se va sfârşi exact ca o astfel de relaţie — să sperăm că fără a distruge căsnicia.

Separat de responsabilităţile vieţii de zi cu zi, universul paralel al adulterului este adeseori idealizat, pătruns de promisiunea transcendenţei. Pentru unii, reprezintă o lume a posibilităţilor — o realitate alternativă în care ne putem reimagina şi reinventa. Şi, din nou, infidelitatea este trăită ca fiind fără limite, tocmai pentru că este conţinută între limitele structurii ei clandestine. Arată ca o paranteză strălucitoare, ca un interludiu poetic într-o viaţă prozaică.

Prin urmare, poveştile de iubire interzise sunt prin natura lor utopice, în special prin comparaţie cu constrângerile de zi cu zi ale căsniciei şi vieţii de familie.[59] O primă caracteristică a acestui univers aflat la limită — şi cheia către puterea sa irezistibilă — este că rămâne imposibil de atins. Prin definiţie, relaţiile extraconjugale sunt precare, superficiale, echivoce. Nesiguranţa, ambiguitatea, faptul că „nu ştiu când o să îl mai văd pe celălalt" — sentimente pe care nu le-am tolera niciodată în relaţia de bază — devin cele care provoacă dorinţa într-o relaţie ascunsă. Pentru că nu îl putem avea pe cel iubit, îl dorim în permanenţă, deoarece întotdeauna vrem ceea ce nu putem avea. Această trăsătură de tipul „imposibil de avut“ îi conferă aventurii misticismul erotic şi garantează faptul că flacăra dorinţei continuă să ardă.

Separarea totală a aventurii de realitate este motivul pentru care mulţi, printre care şi Priya, îşi aleg amanţi cu care nu pot sau nu doresc să devină un cuplu pe viaţă. Făcând o pasiune pentru cineva dintr-o clasă, cultură sau generaţie diferită, ne jucăm cu posibilităţile pe care nu le-am lua în calcul niciodată în planul realităţii.

Infidelitatea promite „vieţi care nu ar putea fi niciodată ale mele“, cum a scris jurnalista Anna Pulley intr-un frumos eseu despre relaţia ei cu o femeie căsătorită. „Intrasem pe un drum pe care nu aş fi mers niciodată... Iubirea noastră se baza pe posibilitate — ceea ce ne puteam oferi una celeilalte era un potenţial infinit. Realitatea nu avea nicio şansă în faţa acestui tip de promisiune. Ea reprezenta o perfecţiune singulară, trebuia să fie aşa, pentru că nu conţinea niciuna dintre capcanele unei relaţii reale... Era perfectă şi, pentru că reprezenta un debuşeu, părea mereu să ofere tot mai mult.“[60]

Este interesant că foarte puţine dintre relaţiile de acest tip supravieţuiesc după ce sunt descoperite. Ne-am putea gândi că o relaţie pentru care s-a riscat atât de mult ar trebui să reziste tranziţiei, la ieşirea în lumina zilei. Sub vraja pasiunii, iubiţii vorbesc despre lucrurile pe care le vor face când, în cele din urmă, vor fi împreună. Totuşi, când interdicţia s-a ridicat, când s-a pronunţat divorţul, când sublimul s-a amestecat cu obişnuitul şi când relaţia intră în lumea reală... ei bine, ce se întâmplă atunci? Mulţi încep o relaţie legitimă fericită, dar şi mai mulţi nu fac asta. Din experienţa mea, majoritatea aventurilor se termină, chiar dacă se termină şi căsnicia. Oricât de autentice sunt sentimentele de iubire, aventura a fost menită să fie doar o poveste frumoasă.

Aventura trăieşte în umbra căsniciei, dar totodată căsnicia trăieşte în centrul aventurii. Fără ilegalitatea ei delicioasă, oare relaţia cu amantul ar rămâne la fel de provocatoare?

Dacă Priya şi iubitul ei tatuat ar avea propriul dormitor, ar mai fi ei atât de fericiţi în camion?

Am întâlnit nenumărate femei (şi bărbaţi) ca Priya. Recunosc puterea experienţei pe care o parcurg aceşti oameni. Nu o consider măruntă, egoistă sau imatură. Pe de altă parte, nu sunt de acord cu aroganţa amanţilor care simt că epifania relaţiei lor a făcut ca orice altceva din ce

trăiesc să devină fad. Faptul de a ne îndrăgosti, după cum scria Francesco Alberoni, „ne rearanjează toate prioritățile, aruncă peste bord tot ce pare inutil, proiectează o lumină strălucitoare peste ceea ce e superficial şi înlătură instantaneu aceste elemente".[61] Dar, am avertizat-o pe Priya, când zborul poetic se va sfărâma de pământ, va înţelege că viaţa prozaică este foarte importantă pentru ea.

Puterea seducătoare a încălcării regulilor

Nicio conversaţie despre infidelitate nu poate evita subiectul spinos al regulilor şi al dorinţei umane de a le nesocoti. încălcarea regulilor este o declaraţie de eliberare de convenţii, de constrângeri, o afirmare a faptului că drepturile sunt mai presus decât obligaţiile. Priya poate fi deopotrivă vrăjită şi îngrozită de modul în care îşi riscă propria căsnicie. Dar exact aici se află puterea încălcării regulilor: în punerea în pericol a lucrurilor la care ţinem cel mai mult. Suntem conştienţi de legea gravitaţiei, şi cu toate acestea visăm să zburăm. Consecinţele duc la transformarea sau distrugerea relaţiei, iar uneori nu poţi separa cele două aspecte.

Priya se simte, de multe ori, ca o contradicţie pe două picioare: este, alternativ, îngrozită de comportamentul ei nechibzuit, încântată de atitudinea îndrăzneaţă, chinuită de teama descoperirii şi incapabilă (sau deloc dornică) să renunţe la acest comportament. Cercetătorii din domeniul neurologiei ar explica în mod evident că, în viaţa de zi cu zi, ea urmează comenzile raţionale ale cortexului frontal, în timp ce, în relaţia extraconjugală, cel care conduce este sistemul limbic.

Dintr-o perspectivă psihologică, relaţia cu ceea ce este interzis aruncă o lumină asupra aspectelor mai întunecate şi mai puţin clare ale caracterului nostru. încălcarea regulilor face parte din natura umană. în plus, după cum mulţi dintre noi ne amintim din copilărie, există o plăcere în a ne ascunde, a ne furişa, a fi răi, a ne teme că vom fi descoperiţi şi a scăpa fără a fi prinşi. Ca adulţi, toate astea pot fi un afrodiziac puternic. Riscul de a fi descoperiţi făcând ceva nepermis sau ilegal, încălcând tabuurile şi graniţele — toate acestea sunt experienţe excitante. Mai toţi păstrăm din copilărie dorinţa de a ne demonstra superioritatea în faţa regulilor, a explicat sexologul Jack Morin. „Poate, a sugerat el, de aceea întâlnirile şi fanteziile cu aromă de ilegalitate induc atât de frecvent adulterinilor sentimentul de autova-lidare sau chiar de mândrie.“[62]

Faimoasa „ecuaţie erotica' a lui Morin defineşte pasiunea sexuală drept „atracţie plus obstacole egal excitare"[63]. Stările de excitare crescută, a explicat el, sunt produse de tensiunea dintre problemele persistente şi soluţiile triumfătoare. Suntem cel mai excitaţi când suntem puţin dezechilibraţi, nesiguri, „când ne aflăm la limita periculoasă dintre extaz şi dezastru"[64].

Această perspectivă asupra înclinaţiilor noastre omeneşti ajută la lămurirea motivului pentru care partenerii dintr-un cuplu fericit, stabil, sunt tentaţi de încălcarea regulilor.

Pentru Priya, întrebarea este fascinantă: „Şi dacă, doar de data asta, acţionez ca şi cum normele de conduită nu mi se aplică?“

Pentru unii, încălcarea regulilor este un vis amânat de multă vreme, dar pentru alţii dreptul la astfel de relaţii devine un mod de viaţă. Aceştia consideră că sunt deasupra oricăror precepte. Narcisismul lor le dă dreptul de a încălca toate convenţiile. Pentru ei, infidelitatea înseamnă oportunism — înşală cu nonşalanţă, pur şi simplu pentru că pot. Grandoarea lor este metapovestirea.

Toate relaţiile extraconjugale au legătură cu anumite drepturi, dar eu sunt interesată în special de ce înseamnă „drept“ pentru cei care au avut vieţi responsabile, cuminţi, dedicate. Ce înseamnă răzvrătirea pentru aceşti cetăţeni integri? Ce să înţelegem din natura autocontradictorie a fărădelegilor înfăptuite, când constrângerile pe care le sfidează sunt exact cele pe care le-au creat ei înşişi?

Conversaţiile noastre au ajutat-o pe Priya să îşi lămurească imaginea confuză. Este uşurată că nu trebuie să distrugem relaţia ei cu Colin. însă ideea că trebuie să îşi asume întreaga responsabilitate o lasă cu greutatea vinovăţiei pe umeri. „Ultimul lucru pe care am vrut să îl fac este să îl rănesc. Dacă ar şti, ar fi devastat. Iar faptul că asta nu are nicio legătură cu el nu schimbă lucrurile. Nu m-ar crede în veci.“

Priya se află la o răscruce. I-ar putea spune lui Colin despre aventură, şi mulţi oameni o sfătuiesc în acest sens, apoi ar trebui să facă faţă consecinţelor. Ar putea să o păstreze secretă şi să îi pună punct la un moment dat, cu speranţa că soţul ei nu va afla niciodată. Sau ar putea să continue să patineze pe două culoare paralele, cel puţin deocamdată.

Problema mea în ce priveşte prima opţiune este că, deşi nu iert înşelarea, ştiu că în momentul în care aventura a fost dezvăluită, povestea se schimbă în mod ireversibil. Nu va mai fi o poveste despre autodescoperire, ci una despre trădare. Nu sunt sigură ce au de câştigat partenerii din asta.

A doua opţiune, încheierea poveştii în secret? A încercat asta de mai multe ori: i-a şters numărul de telefon, a luat-o pe un alt drum de la şcoala copiilor spre casă, şi-a spus cât de greşit era totul. Dar motivele autoimpuse au devenit reguli noi şi excitante pe care să le încalce. Trei zile mai târziu, pseudonimul amantului a apărut din nou în telefonul ei.

în ceea ce priveşte a treia opţiune, tulburarea Priyei creşte proporţional cu riscurile pe care şi le asumă. începe să simtă efectele corozive ale secretului şi devine, pe zi ce trece, tot mai neatentă. Pericolul o urmăreşte la fiecare cinematograf, în fiecare parcare izolată.

După analizarea tuturor acestor variante, sper să o pot ghida spre o a patra opţiune. Ceea ce îmi spune ea, de fapt, poate fi rezumat astfel: trebuie să închei această poveste, dar nu vreau. Ceea ce văd eu, iar Priya încă nu a înţeles, este că lucrul pe care se teme să îl piardă nu este concubinul, ci acea parte din ea pe care a trezit-o la viaţă. „Tu crezi că ai avut o relaţie cu Omul cu Camionul, i-am spus. De fapt, ai avut o întâlnire intimă cu tine însăţi, prin intermediul lui.“

Această distincţie dintre persoană şi experienţă este crucială în ajutarea oamenilor să iasă din aventuri. Excursia extraconjugală se va încheia, însă amintirile vor continua să călătorească împreună cu ei. „Nu mă aştept să mă crezi chiar acum, dar poţi termina relaţia şi poţi păstra ceea ce ţi-a dat aceasta, i-am spus. Te-ai reconectat la energie, la tinereţe. Ştiu că te simţi ca şi cum,

dacă îl părăseşti, opreşti un izvor, dar vreau să fi conştientă că, de-a lungul timpului, vei descoperi că un fir de apă din acest izvor curge încă în interiorul tău.“

Am discutat despre cum să îşi ia adio. Versiunea cea mai simplă nu a funcţionat, pentru că subliniază doar aspectele negative şi nu ţine cont de profunzimea experienţei. Priya şi iubitul ei au încercat şi varianta lentă şi blândă, discutând ore în şir despre cum ar trebui să îşi încheie relaţia. Ştiu cum se desfăşoară acest tip de conversaţie: cuplurile petrec nopţi întregi planificându-şi despărţirea, dar, confruntaţi cu separarea iminentă, cei doi sfârşesc prin a se simţi şi mai apropiaţi, şi mai conectaţi.

Am propus un alt tip de conversaţie: un adio corect, care să nu nege toate părţile pozitive, dar care să sublinieze conflictul: „Nu vreau să termin această poveste, dar pentru asta am venit azi aici.“ Priya trebuie să îşi exprime mulţumirea pentru ceea ce i-a oferit relaţia şi trebuie să îi spună iubitului că îşi va aminti întotdeauna cu drag de timpul petrecut împreună.

„Trebuie să fac asta azi, nu-i aşa?“, m-a întrebat.

„O vei face în mai multe zile, i-am răspuns. Trebuie să înveţi să te eliberezi de el. Şi nu va fi uşor. Uneori senzaţia va fi de parcă ţi s-ar scoate nervul unei măsele. El a devenit un principiu organizator în viaţa ta şi, dacă nu îl vezi, prima reacţie este că umbli de colo-colo amorţită şi fără rost. Aşa o să fie şi s-ar putea să dureze ceva vreme."

în unele situaţii, acest proces poate începe după o singură conversaţie lămuritoare; în altele, trec săptămâni şi luni înainte ca sensul să fie metabolizat, iar aventura să moară de moarte naturală, după ce şi-a îndeplinit scopul. Bănuiesc că, pentru Priya, varianta acceptabilă este a doua. „Va trebui să te forţezi să nu îi trimiţi SMS-uri, să nu îl suni, să nu îl urmăreşti şi să nu treci pe lângă casa lui. Poate că le vei mai face din când în când, dar, într-o zi, o să reuşeşti. Vei simţi că ai pierdut ceva, vei suferi şi vei ajunge, gradat, să accepţi. Vei trăi uşurarea de a nu mai fi fragmentată. Şi uneori, când te vei gândi la el, te vei simţi din nou tânără."

Poate că ceea ce spun eu este adevărat şi că Priya îi va păstra o amintire tandră Omului cu Camionul. Dar ştiu că e la fel de posibil ca, peste câţiva ani, să se uite în urmă la acest episod şi să se întrebe: „Dar ce naiba aveam în cap? Eram nebună?" Poate că va rămâne ca o floare frumoasă în grădina ei secretă sau poate că îl va vedea ca pe o buruiană. Deocamdată, este suficient să spunem că, dacă îşi permite să îl internalizeze, asta o va ajuta să renunţe la relaţie.

Oamenii mă întreabă adeseori: „Poate un cuplu să trăiască o legătură adevărată, sigură, dacă unul dintre ei are un astfel de secret? Nu face asta ca toată relaţia să fie falsă?" Nu am un răspuns clar la aceste întrebări. în multe cazuri, am lucrat cu obiectivul dezvăluirii, nutrind speranţa că va deschide noi canale de comunicare pentru cuplu. Dar am văzut şi secrete divulgate neatent, care au lăsat cicatrici de neşters. Când lucrez cu Priya, mă concentrez pe a o face să îşi asume propria experienţă şi să o trăiască în cel mai grijuliu mod cu putinţă. Zilele acestea, mesajele mele le-au înlocuit pe cele trimise de iubitul ei pe WhatsApp. Acţionez ca un soi de sponsor, în timp ce ea îl şterge, puţin câte puţin, din viaţa ei zilnică şi îşi urmăreşte obiectivul, şi anume reintegrarea în propria viaţă.

Ispita vieţilor netrăite

Căutarea sinelui neexplorat este o temă puternică în povestea adulterului. Universul paralel al Priyei a transportat-o în adolescenţa de care nu s-a bucurat pe deplin. Alţii se văd atraşi de amintirea persoanei care au fost cândva. Apoi sunt aceia pe care visarea îi duce înapoi la ocaziile ratate, la cei pe lângă care au trecut, la persoana care ar fi putut să fie. Renumitul sociolog Zygmunt Bauman a explicat că, în viaţa modernă, „există întotdeauna o suspiciune — că trăieşti o minciună sau o greşeală; că ceva extrem de important a fost neglijat, ratat, uitat, lăsat neîncercat şi neexplorat; că o obligaţie esenţială faţă de şinele autentic nu a fost îndeplinită sau că şansele de a trăi o fericire uluitoare, diferită de orice altă fericire cunoscută vreodată, nu au fost valorificate la timp şi că sunt pierdute pentru totdeauna'.[65] Bauman a vorbit despre nostalgiile noastre pentru vieţi netrăite, identităţi neexplorate şi drumuri nestrăbătute.

Când suntem copii, avem şansa de a juca şi alte roluri; ca adulţi, suntem blocaţi în rolurile care ne-au fost date sau pentru care am optat. Când alegem un partener, ne angajăm într-o poveste. Totuşi, rămânem cu o curiozitate eternă; în ce alte poveşti am fi putut fi implicaţi? Relaţiile extraconjugale ne oferă o fereastră către aceste alte vieţi, o privire rapidă către străinul din noi. Prin urmare, adulterul este răzbunarea posibilităţilor abandonate.

Dwayne şi-a amintit întotdeauna cu drag de colega lui de facultate Keisha. A fost cea mai bună parteneră de sex pe care a avut-o vreodată şi încă ocupă un loc aparte în fanteziile lui. Pe atunci, ştiau amândoi că erau prea tineri ca să se angajeze într-o căsnicie, aşa că s-au despărţit, forţaţi de împrejurări. De-a lungul anilor, el s-a întrebat adeseori ce s-ar fi întâmplat dacă s-ar fi întâlnit într-un alt moment.

Şi iată că a apărut Facebook-ul. Universul digital oferă oportunităţi nemaivăzute de reconectare cu oameni care au ieşit de mulţi ani din viaţa noastră. Niciodată nu a fost mai uşor să dăm de vechile noastre relaţii şi nici n-am avut la dispoziţie atâtea mijloace de a ne satisface dorinţa de cunoaştere. „Oare ce s-a mai întâmplat cu X? Să se fi căsătorit?" „Am auzit că avea probleme în relaţie." „Oare e la fel de frumoasă pe cât mi-o amintesc?" Răspunsurile sunt la un click distanţă. într-o zi, Dwayne a căutat profilul Keishei. Şi, ce să vezi, locuiau amândoi în Austin. Ea, încă şarmantă, era divorţată. El, pe de altă parte, avea o căsnicie fericită, dar curiozitatea a fost mai puternică şi, curând, „adaugă prieten" s-a transformat în iubirea lui secretă.

Mi se pare că în deceniul trecut, din pricina reţelelor de socializare, relaţiile extraconjugale cu fostele iubite/foştii iubiţi s-au înmulţit. Aceste întâlniri retrospective au loc, cumva, între ştiut şi neştiut — aducând laolaltă familiaritatea cuiva pe care l-ai cunoscut la un moment dat şi prospeţimea creată de trecerea timpului. Aventura cu o fostă iubire oferă o combinaţie unică de încredere solidă, risc şi vulnerabilitate, în plus, este un magnet pentru nostalgia ce ne însoţeşte. Persoana care am fost cândva, de-acum pierdută, este persoana pe care ai cunoscut-o cândva.

Toţi avem un sine complex, dar, în relaţiile intime, de-a lungul timpului, tindem să reducem această complexitate la o versiune restrânsă a propriilor fiinţe. Una dintre componentele esenţiale ale recuperării este găsirea unor modalităţi de reintroducere în viaţa noastră a multiplelor piese

care au fost abandonate sau izgonite pe drum.

întoarcerea emoţiilor izgonite

Unii oameni sunt surprinşi să descopere că nu sunt formaţi dintr-o singură bucată, dar Ayo îşi cunoaşte bine acest sine complex. Dintotdeauna s-a definit, redéfinit şi dezvoltat prin relaţii — cu prietenii, mentorii şi partenerii sexuali. „Am straturi sau cercuri de prieteni în diferite părţi ale lumii şi fiecare corespunde unei etape din viaţa mea, mi-a spus el. Fiecare o aduce la lumină pe fiinţa care eram în anii formatori ai acelor relaţii. Mi se pare extrem de amuzant să mă «retrăiesc» aşa cum eram în diferite etape ale vieţii, alegând pur şi simplu să îmi petrec timpul cu un cerc sau altul de prieteni.[1]*

Totuşi, în ultimii doi ani, cea mai importantă persoană din proiectul său de regăsire personală a fost Cynthia, consultant de dezvoltare internaţională, colegă cu el. Ayo a descris relaţia lor din aceşti doi ani ca fiind „un accelerator vital pentru dezvoltare", care l-a propulsat într-o nouă experienţă a propriului sine.

Infidelitatea lui Ayo dezvăluie o poveste mai puţin cunoscută, dar des întâlnită, despre bărbaţi. Există un anumit gen de bărbat care şi-a trăit viaţa în zona dură a spectrului emoţiilor, un tip viteaz şi permanent în control. Pentru Ayo, care a crescut în Kenya şi s-a mutat de mai multe ori în timpul unei copilării turbulente, această strategie avea sens. „Părea că îmi doresc multe dintre părţile bune ale iubirii (căldura, protecţia, atenţia, prietenia, romantismul), dar nu şi părţile mai puţin plăcute — vulnerabilitatea, slăbiciunea, teama şi tristeţea", a reflectat el.

Exact asta i-a oferit soţia lui, Julie. S-au întâlnit la Londra, acum douăzeci şi şapte de ani, când îşi începeau amândoi

carierele în acelaşi domeniu. „Era frumoasă', excepţional de deşteaptă, atletică, nici extrem de introspectivă şi nici fragilă, ceea ce mă aranja perfect.” Au urmat cinci copii, iar Julie a decis să renunţe la carieră pentru a-i creşte, în timp ce Ayo a continuat să umble prin lume.

Căsnicia lor a fost una fericită. După cum a descris-o Ayo, „era bazată pe premisa libertăţii extraconjugale respectuoase” — o libertate pe care şi-o luase adesea de-a lungul anilor, bucurându-se de aventuri de scurtă durată pe fiecare fus orar. Julie închidea ochii la „paşii săi laterali”, cum îi numea ea („care au luat o presiune de pe umerii mei”), şi a avut la rându-i o mică aventură, despre care i-a spus soţului.

Ayo a cunoscut prima oară pe Cynthia prin scrierile ei, pe care le-a găsit „excelente” — vocea ei i s-a părut „fermecătoare, amuzantă, originală şi înţeleaptă”. Când s-au întâlnit personal, era toate astea la un loc, plus eleganţă şi graţie. „Ne-am rostogolit în dragoste, întâlnindu-ne la muncă sau trimiţându-ne scrisori nesfârşite — mii de pagini în ultimii doi ani”, mi-a povestit el. Relaţia lor avea faţete multiple — respect profesional profund, parteneriat creativ, camaraderie intelectuală, pasiune erotică şi umor.

Iniţial, Ayo şi Cynthia au plănuit să le spună totul partenerilor de viaţă, cu speranţa că graniţele

flexibile care caracterizau ambele căsnicii se vor dilata, pentru a cuprinde şi această relaţie. Dar ştiau că povestea lor era mai serioasă decât orice alt flirt anterior, astfel că şi „urma să testeze limitele toleranţei partenerilor”.

înainte de a-şi duce planul la bun sfârşit, a intervenit cruzimea vieţii, sub forma unui diagnostic de cancer pentru Cynthia. Decizia de a dezvălui aventura a zburat pe

fereastră, dincolo de orice graniţe. „Am sărit imediat în viaţa ei şi am petrecut împreună cât timp am putut, şi-a amintit Ayo. M-am îndrăgostit din ce în ce mai tare. Pentru prima oară, mi-am permis să îmi fie teamă, să fiu mâhnit.“

Ayo mi-a descris cum a descoperit în el emoţii pe care şi le suprimase întotdeauna: o nouă toleranţă la incertitudine, curiozitate, empatie. Mereu autoreflexiv, el a rezumat totul astfel: „Am obţinut un nivel de alfabetizare emoţională de care duceam lipsă.“ Acest bărbat mai blând a ieşit la lumină şi în modul în care făcea dragoste — „mai jucăuş, mai echilibrat şi mai puţin interesat de rezultate".

Când Julie a aflat despre Cynthia, Ayo încă spera că „va închide ochii", aşa cum făcuse şi cu aventurile anterioare, şi că va accepta situaţia ca parte dintr-un nou contract poli-amoros. Spre surprinderea şi disperarea lui, s-a întâmplat exact opusul: „A căzut pradă agoniei." Când mi-a scris, solicitând o şedinţă de cuplu, Ayo încerca să găsească o ieşire din impas.

„Adevărul este că o iubesc pe Julie, mi-a mărturisit el. îmi plac energia ei fizică infinită, devotamentul ei nestrămutat faţă de căsnicie şi de familie, lipsa de vulnerabilitate, grija ei, convingerile bine înrădăcinate, lista ei de valori fundamentale. Avem multe în comun, care ne vor face să fim interesaţi unul de celălalt până la adânci bătrâneţi. Sunt însă îndrăgostit de Cynthia — de graţia ei, de inteligenţa ei emoţională, de strălucirea ei, de vulnerabilitatea ei, de îndoielile ei ontologice şi de modul ei complex de a gândi. Ador felul în care mă prezint în faţa Cynthiei cu cea mai bună versiune a mea. Deci, diferite părţi din mine trag în direcţii opuse. Cu ambele doamne în viaţa mea, mă simt cel mai norocos bărbat care a trăit vreodată."

Până la întâlnirea noastră, Ayo a încheiat, cu greu, relaţia sexuală cu Cynthia, dar insistă să continue colaborarea lor creativă, lucru care o întristează profund pe Julie. Bărbatul mi-a mărturisit că se gândeşte la mai multe opţiuni. O parte din el speră că o pot convinge pe Julie să îl lase să aibă atât căsnicia, cât şi relaţia extraconjugală. O altă parte din el speră că „o să îl scutur şi o să îl scap de iluzii", astfel încât să se concentreze exclusiv pe căsnicie. O a treia parte se întreabă dacă această răscruce are rolul de a-1 conduce către o viaţă nouă, nădăjduind că eu îl pot ajuta să facă faţă implicaţiilor. Nu ştie spre care obiectiv să ne concentrăm eforturile.

între timp, Julie vrea să înţeleagă atracţia irezistibilă pe care o simte Ayo faţă de Cynthia, dar şi intensitatea reacţiei pe care o are ea însăşi. „De ce te-a atins această relaţie în mod diferit faţă de flirturile anterioare?", am întrebat-o. Cunoaştem povestea bărbatului de vârstă mijlocie care îşi alege o amantă tânără şi frumoasă, precum şi sentimentele pe care le încearcă soţia, atunci când face comparaţie. Totuşi, pentru Julie, tinerele frumoase nu au fost niciodată o problemă. „Nu mă simţeam ameninţată de ele, aşa că am decis să le ignor", mi-a spus ea. Cynthia însă a fost o lovitură sub centură. O femeie realizată, de aceeaşi vârstă cu Julie, o profesionistă care excela

în domeniul din care Julie plecase cu ani în urmă pentru a se dedica familiei.

în timp ce o ascultam, am început să înţeleg de ce dezvăluirea aceasta a aruncat-o în disperare. Soţul ei nu se îndrăgostise de o altă femeie — se îndrăgostise de femeia care ar fi putut ajunge chiar ea. Cynthia nu reprezintă doar o parte nouă din Ayo pe care acesta o descoperă acum. Ea reprezintă şi toate lucrurile la care soţia lui a renunţat.

Putea fi Julie cea care să lucreze alături de el, căreia să îi împărtăşească pasiunile şi cu care să îşi sărbătorească victoriile. Ea a făcut altă alegere şi nu mai are cale de întoarcere. Dar pentru el există o nouă şansă.

Pentru prima oară de la începutul şedinţei, pusă faţă în faţă cu şinele pierdut, Julie a cedat nervos şi a început să plângă. Când întâlnirea s-a încheiat, atât ea, cât şi Ayo atinseseră praguri de dezvoltare — pentru a folosi un termen pe care Ayo l-ar aprecia — noi şi foarte inconforta-bile. Oare îşi poate utiliza empatia recent descoperită cu propria soţie, în loc să fie surprins că e rănită? Iar ea îşi poate depăşi atitudinea stoică, arătându-şi vulnerabilitatea? Cum poate crea aceasta un nou sens al scopului?

Una dintre opţiunile pe care Ayo nu le-a inclus în meniul de rezultate posibile era conceperea unui vocabular emoţional nou pe care să îl folosească cei doi soţi. Dacă teama, tristeţea şi vulnerabilitatea pot fi introduse în sanctuarul lor, atunci ei pot descoperi laturi noi ale propriei persoane, în locuri în care nu s-ar fi aşteptat. La finalul şedinţei noastre, care durase toată ziua, i-am lăsat analizând această posibilitate.

Drame precum cele descrise, poveşti din viaţa reală, îmi subliniază limitările teoriei simptomului. Infidelitatea nu trebuie să fie văzută doar ca o patologie sau ca o disfuncţie. Trebuie să ascultăm atent rezonanţa emoţională a experienţelor adulterine, dar şi consecinţele acestora, altfel nu facem decât să continuăm compartimentarea ce a condus la adulter. Lăsăm cuplul în pericol să se întoarcă de unde a plecat. înţelegerea sensurilor adulterului pregăteşte decorul pentru toate deciziile care vor urma. Miza e prea mare pentru a pierde timp preţios căutându-ne cheile în locuri inadecvate.

1

Prescurtarea denumirii din engleză Bondage and Discipline (BD), Dominance and Submission (DS), Sadism and Masochism (SM),

termen care se referă la o gamă largă de practici sexuale, incluzând jocuri de rol, dominanţă/subordonare, constrângere, sadomasochism şi alte dinamici interpersonale.

CAPITOLUL 10

Iubirea interzisă: un antidot pentru moarte

Azi sunt o femeie sfâşiată între groaza că totul se poate schimba şi groaza, la fel de mare, că totul poate continua exact la fel pentru tot restul zilelor mele.

Paulo Coelho, Adulter'

în cel mai bun caz, monogamia poate fi dorinţa de a găsi pe cineva alături de care să mori; în cel mai rău caz, poate fi un tratament pentru fricile produse de faptul că eşti în viaţă. Cele două sunt uşor de confundat.

Adam Phillips, Monogamy

„«HAI SĂ O LUĂM PE SCĂRI», a spus el, în timp ce aşteptam liftul, în faţa biroului. Apoi mâna lui a atins-o uşor pe-a mea. Cea mai delicată atingere — şi am simţit un fior electrizant. M-am simţit vie.“ Danica s-a luminat la faţă amintindu-şi acest eveniment. „Şi, ştiţi ce, asta m-a şocat, pentru că habar n-aveam că doream să simt asta.

Paulo Coelho, Adulter, traducere din portugheză de Micaela Ghiţescu, Editura Humanitas Fiction, Bucureşti, 2014. (N. red.)

Până în acel moment, nu îmi dădusem seama că acel sentiment îmi lipsea de foarte multă vreme.“

Ce mi-a povestit Danica nu mă uimeşte absolut deloc. Cum nu mă surprinde nici faptul că această soţie şi mamă devotată şi-a urmat colegul brazilian, pe nume Luiz, mai tânăr decât ea, nu doar sus pe scări, ci într-o aventură pasională. Dacă există o temă pe care o aud mai des decât pe oricare alta de la cei care au muşcat din fructul oprit, ea este: îi face să se simtă vii.

Nenumăraţi aventurieri îşi povestesc experienţele în termeni similari: prin intermediul lor s-au simţit renăscuţi, reîntineriţi, intensificaţi, vibranţi, eliberaţi. Şi mulţi, asemenea Danicăi, spun că nici nu şi-au dat seama de absenţa acestor sentimente până când nu au fost luaţi prin surprindere. Senzaţia de a fi viu este rareori motivul explicit pentru un adulter — în multe cazuri, cei implicaţi nici nu ştiu exact de ce a început—,dar se dovedeşte a fi adeseori înţelesul neaşteptat, descoperit chiar atunci. în deceniul în care am studiat iubirea rebelă, am auzit exprimat acest sentiment în întreaga lume. Adulterul este fundamental o povestire erotică în sensul antic al cuvântului eros: energie vitală.

„Cu Cindy, totul era intens“, mi-a povestit Karim, reflectând la relaţia lor, care durase trei ani. „Planificarea întâlnirilor era intensă. Sexul era intens. Certurile erau intense —la fel şi împăcările. „Cred că ea reprezenta, simultan, lucrul după care tânjisem şi lucrul de care mă temeam. Prin comparaţie, căsnicia mea este doar normală. Nu rea, dar... plicticoasă."

„Nu m-am gândit niciodată că m-aş putea îndrăgosti de altcineva, mi s-a confesat Keith. Joe şi cu mine suntem împreună de când eram la şcoala de arte. Apoi l-am întâlnit pe Noah, într-o colonie de artişti, şi a fost ca şi cum mă trezisem dintr-o hibernare îndelungată. Nici nu ştiam cât de profund dormisem. Joe m-a mobilizat şi m-a inspirat. M-am simţit complet energizat; cele mai bune lucrări le realizam împreună cu el."

„Soţul meu nu fusese în stare să mă excite atât, de mai bine de zece ani, mi-a mărturisit Alison. Aveam treizeci şi cinci de ani şi eram convinsă că mă confruntam cu o problemă medicală. Din toate celelalte puncte de vedere avem extrem de multe lucruri în comun. El este cel mai bun prieten al meu, copilotul meu şi, din exterior, părem perfecţi. Apoi a apărut Dino şi, cu doar câteva vorbe şi sugestii, a făcut ceea ce nu făcuseră toţi lubrifianţii şi toate jucăriile erotice din lume. A fost un sentiment extraordinar — ca şi cum m-ar fi activat."

Când îi întreb pe oameni ce înseamnă „să fii viu“, obişnuiesc să îmi prezinte o experienţă cu faţete multiple. „Aromele" cel mai des întâlnite sunt: putere, validare, încredere şi libertate. Adăugaţi la acestea elixirul iubirii şi obţineţi un cocktail care vă îmbată pe loc. Există şi trezirea sau retrezirea sexuală, evident, dar lucrurile nu se opresc aici. Persoanele „înviate" au senzaţia că şi-au recăpătat libertatea de mişcare şi descriu o paletă de posibilităţi acolo unde rămăsese o singură cale predictibilă, un clocot de intensitate emoţională acolo unde totul părea plat. Am ajuns să văd astfel de relaţii ca pe nişte „adultere existenţiale", pentru că lasă urme adânci în însăşi esenţa vieţii.

Oricum le-am judeca efectele, aceste legături nu sunt superficiale. Adeseori, puterea lor este la fel de mistificatoare pentru persoana implicată în idila secretă pe cât este pentru soţul/soţia care o descoperă. Dar, după ce am auzit aceeaşi poveste de atât de multe ori, ştiu că există un motiv pentru o asemenea nebunie: o enigmă specifică firii omeneşti, care îi conduce pe indivizi la delicte neaşteptate. Nu de puţine ori mă simt parţial terapeut şi parţial filozof, explicându-le cuplurilor paradoxurile existenţiale care aduc o logică în ceea ce pare de neconceput.

Un antidot pentru moarte

într-un număr surprinzător de mare de cazuri, se poate trasa o linie directă de la aventura extraconjugală la frica noastră umană fundamentală — confruntarea cu adevărul că suntem muritori. Adeseori sunt martora unor adultere care au loc imediat după o pierdere sau după o tragedie. Când doamna cu coasa bate la uşă —unul dintre părinţi moare, un prieten pleacă prea devreme, un nou-născut nu supravieţuieşte —, fiorul iubirii şi al sexului aduce o afirmare a vieţii.

Apoi, există şi alte pierderi, simbolice. Veştile proaste de la medic ne pot distruge într-o clipită senzaţia de tinereţe şi de putere. Am văzut destui bărbaţi şi femei cu diagnostic de cancer care scăpau de anxietatea indusă de apropierea morţii aruncându-se în braţele unei noi iubiri. Infertilitatea ne pune faţă în faţă cu incapacitatea de a crea viaţă. Şomajul pe termen lung ne distruge încrederea de sine şi ne face să ne simţim lipsiţi de valoare. Depresia ne fură speranţa şi bucuria. Condiţiile de viaţă periculoase, cum ar fi războaiele sau dezastrele naturale, ne împing să ne asumăm riscuri emoţionale ieşite din comun. în faţa neputinţei şi a vulnerabilităţii pe care le simţim în astfel de momente, infidelitatea poate fi un act de sfidare. Freud descria erosul

ca fiind instinctul vieţii, mereu în luptă cu thanatos, instinctul morţii.

Poate că aceiaşi oameni s-au simţit tentaţi şi în alte circumstanţe, dar mă întreb dacă ceea ce îi împinge să profite de moment şi să acţioneze este conştientizarea subită că viaţa e scurtă şi extrem de fragilă. Brusc, nu mai sunt dispuşi să se mulţumească cu o viaţă trăită pe jumătate. „Asta e tot?“ Le e foame de mai mult. Compromisurile care păreau rezonabile ieri au devenit azi imposibil de tolerat. „Viaţa e scurtă, meriţi o aventură!*' Deviza imorală a site-ului AshleyMadison.com poate să pară frustă, dar este foarte bine ţintită. Astfel de poveşti sunt atât de frecvente, încât acum îmi întreb fiecare pacient: „Aţi suferit în ultimii ani vreo pierdere, decesul cuiva drag sau altă tragedie?"

Poate că este chiar Moartea, cu majusculă, sau poate este doar senzaţia de moarte care se strecoară din obişnuinţa plictisitoare — indiferent de caz, acum văd aceste relaţii extraconjugale ca pe un antidot puternic. „Iubirea şi Erosul trezesc şi pe cea mai obosită persoană"[66], este de părere sociologul italian Francesco Alberoni. Setea de viaţă născută dintr-o astfel de întâlnire ne dă peste cap cu o forţă irezistibilă. Adeseori, nu este nici planificată, nici căutată. Creşterea neaşteptată a dorinţei erotice ne dinamizează până dincolo de limitele umanului, rupând brusc ritmul şi rutina cotidianului. Timpul încetineşte. înaintarea inexorabilă a vârstei pare să îşi piardă viteza. Locuri familiare capătă o frumuseţe nebănuită. Locuri noi ne incită curiozitatea retrezită la viaţă. Oamenii povestesc că fiecare simţ pare amplificat — mâncarea este mai bună, muzica nu a sunat niciodată mai dulce, culorile sunt mai vii.

„Nu poate fi rău totul“

Când soţul Danicăi, Stefan, a citit SMS-urile şi a descoperit relaţia ei de optsprezece luni cu bărbatul care o făcea să se simtă vie, a avut senzaţia că a primit o lovitură în plex. „încă îţi simt mâinile pe tot corpul, scrisese ea. Poate reuşim să fugim iarăşi la prânz? M-am îmbrăcat special pentru tine.“ Dar o recunoscuse în acele misive şi pe femeia jucăuşă de care se îndrăgostise cândva — femeia pe care nu o mai văzuse de ani în şir.

După ce a depăşit şocul iniţial, Stefan a devenit „ciudat de pozitiv[11], după cum a formulat el însuşi, încrezător că mai exista o urmă de speranţă. Danica îşi exprimase regrete profunde şi insistase că relaţia ilicită s-a încheiat. Stefan a venit să mă vadă şi mi-a mărturisit nădejdea lui că, poate, această criză va reaprinde focul în căsnicia lor, cândva pasională, dar acum destul de lipsită de viaţă. Poate că va avea şi el şansa să „guste" femeia care îi scrisese mesajele acelea fierbinţi colegului de birou.

După câteva întâlniri anulate, m-am întâlnit, în cele din urmă, cu Danica — o femeie elegantă, rezervată, de patruzeci şi un pic de ani, consultant la Organizaţia Mondială a Sănătăţii. Ştiu de la Stefan că este sceptică şi puţin deranjată că el o bate la cap de câteva săptămâni să se uite la prezentările mele de pe YouTube. Comportamentul ei îmi spune foarte limpede că în acest moment ar putea face lucruri mult mai importante decât să se vadă cu mine. Deci, hai să zicem că nu mă simt tocmai bine-venită. Nu vrea nici măcar să vorbească despre ceea ce numeşte „greşeala" ei. „Ce importanţă mai are? S-a terminat. Vreau doar să îmi văd de viaţa mea." îmi dau seama că se aşteaptă să o judec aşa cum se judecă ea însăşi. Se simte oricum destul de prost,

nu mai am ce să adaug şi eu. Ruşinea şi disconfortul femeii sunt vizibile, de vreme ce şi-a definit întreaga experienţă ca fiind „o greşeala[1].

în astfel de momente, obişnuiesc să îi ajut pe adulterinii care se căiesc să exprime regrete şi remuşcări autentice. Totuşi, cu această doamnă mă aflu în situaţia opusă. Autoînvinovăţirea atât de puternică blochează toate căile către înţelegere şi schimbare, atât a ei, cât şi a căsniciei. Trebuie să separăm „greşit" de „vătămător", astfel încât să poată identifica aspectele pozitive ale experienţei, în timp ce îşi asumă responsabilitatea pentru durerea provocată. Altfel, sunt puţine şanse să aducă acasă acea energie recent descoperită. Stefan o recunoaşte pe această femeie şi o vrea înapoi; totuşi, Danica este atât de şocată de propriile acţiuni, încât insistă că persoana care s-a trezit la viaţă în braţele lui Luiz „nu eram eu“.

„Ceea ce se întâmplă într-o relaţie extraconjugală include, în general, câteva elemente plăcute, i-am spus Danicăi. Te-ai îndrăgostit de omul ăsta, deci nu se poate să fi fost totul rău. într-adevăr, te simţi vinovată, dar, cu toate astea, tot tu spui că te-a făcut să te simţi vie. Dă-mi mai multe detalii."

„Nu căutam o aventură, şi-a început, cu oarecare ezitări, confesiunea. Am fost agăţată de mai multe ori şi nu m-a interesat niciodată. Luiz era diferit. Nu voia doar să mă agaţe. îmi spunea: «Ai o energie debordantă, dar este înăbuşită. Undeva, în adâncul tău, există o femeie adevărată, care aşteaptă să fie eliberată.» îmi făcea complimente într-un fel care ascundea mult mai mult. Şi era insistent."

După părerea mea, vorbele lui sunau exact ca şi cum dorea să o agaţe. Dar ştiu efectul pe care îl poate avea cel mai banal comentariu atunci când aterizează direct pe o dorinţă profundă şi neîmplinită. Simpla măgulire se transformă într-un tonic îmbătător.

„Acasă se întâmplă tot soiul de lucruri, a continuat Danica. Dacă nu sunt copiii, sunt părinţii mei. Adeseori simt că este prea mult. Când intru pe uşă, nici nu am timp să îmi scot haina. Trec de la una la alta şi, la final, sunt epuizată, în toamna aceea, lucrurile s-au schimbat pentru mine. Mă duceam la birou şi mă simţeam valoroasă, în elementul meu, chiar puţin pusă pe şotii.“ întâlnirea ei cu Luiz i-a adus sentimente reînnoite de bucurie şi de aşteptare, ambele fiind ingrediente erotice puternice, care dispăruseră de multă vreme din căminul conjugal.

Păcat, pentru că această casă fusese, la un moment dat, tot ce îşi doriseră ea şi soţul ei. O cabană minunată cu vedere spre lacul Zürich, acoperiş cu ţigle roşii şi ferestre mari, cât tot peretele. Ea şi Stefan, avocat de succes, locuiau acolo de cincisprezece ani, iar Danica urmărise cu mare grijă toate detaliile redecorării. Refugiată în cursul conflictului din Balcani, căci părăsise Bosnia pe când era copil, Danica tânjise toată viaţa după acest port liniştit. M-a asigurat rapid că nu vrea să plece — nu a fost o aventură menită a pune punct căsniciei. Dar se străduieşte să înţeleagă cum de a sfârşit prin a fi atât de împărţită. Cum de locul acesta idilic a devenit atât de înţepenit, încât să se gândească să fugă? Şi este şi mai uimită de faptul că i-a produs suferinţă tocmai lui Stefan, „primul bărbat care m-a făcut să mă simt în siguranţă".

Enigma siguranţei şi a aventurii

Ironia dureroasă a adulterelor constă în faptul că oamenii se răzvrătesc exact împotriva valorilor pe care le apreciază cel mai mult. Şi totuşi, este o situaţie frecventă, ce reflectă un conflict existenţial în propria persoană. Căutăm stabilitate şi apartenenţă, calităţi care ne împing spre relaţii stabile, însă ne dezvoltăm prin noutate şi diversitate. Tânjim după siguranţă, dar şi după aventură, iar aceste două nevoi fundamentale se nasc din motive diferite şi ne trag în direcţii contrare de-a lungul vieţii — exprimate în tensiunile dintre separare şi apropiere, individualitate şi intimitate, libertate şi implicare.

Suntem sfâşiaţi între aceste două porniri opuse încă de la naştere, pendulând între siguranţa braţelor materne şi riscurile pe care ni le asumăm la locul de joacă. Ducem cu noi această dihotomie la vârsta adultă. O mână se agaţă de cunoscut şi de familiar; cealaltă se întinde către mister şi emoţie. Căutăm conectarea, predictibilitatea şi încrederea pentru a ne înrădăcina profund. Avem nevoie însă şi de schimbare, de neaşteptat, de transcendenţă. Grecii antici înţelegeau asta, motiv pentru care îl venerau atât pe Apollo (întruchiparea raţiunii şi autodisciplinei), cât şi pe Dionysos (reprezentantul spontaneităţii, al senzualităţii şi al emoţionalului).

Poveştile de dragoste moderne fac o promisiune nouă şi chinuitoare: că putem să ne satisfacem ambele nevoi într-o singură relaţie. Persoana pe care o alegem poate fi simultan stânca stabilă, de încredere, dar şi omul care să ne înalţe deasupra vieţii de zi cu zi. îndrăgostiţii de azi caută să aducă sub acelaşi acoperiş dorinţe care, dintot-deauna, au locuit separat.

în faza de debut a unei relaţii, acest amestec al contrariilor e perfect acceptabil. Rar se întâmplă ca siguranţa şi aventura să pară, de la bun început, o propunere de genul ori/ori. Faza lunii de miere este specială, căci aduce laolaltă liniştea iubirii reciproce şi neliniştea unui viitor care urmează să fie clădit. însă nu pricepem întotdeauna că exuberanţa acestui început este alimentată de curentul opus, care implică nesiguranţa. Pornim la drum cu gândul să facem iubirea mai certă şi mai solidă, dar, în timpul procesului, în mod inevitabil, intensitatea lui scade. Pe calea angajamentului, suntem bucuroşi să dăm la schimb puţină pasiune pentru ceva mai multă siguranţă, puţină nelinişte pentru un plus de stabilitate. Ceea ce nu anticipăm este că preţul ascuns pe care trebuie să îl plătim este vitalitatea erotică a propriilor relaţii.

După cum a arătat foarte inteligent psihanalistul Stephen Mitchell, permanenţa şi stabilitatea pe care le căutăm în legăturile noastre intime pot înăbuşi flacăra senzualităţii, conducând la „expresii ale sfidării exuberante”[67], cunoscute ca relaţii extraconjugale. Cei care sunt implicaţi în astfel de relaţii simt nevoia de a se elibera din constrângerile siguranţei şi ale convenţiilor — exact siguranţa pe care doriseră cu ardoare să o clădească în relaţia de bază.

Danica nu se gândise niciodată că va ajunge într-o situaţie atât de complicată. Un bărbat ca Stefan, copii, un loc de muncă sigur, sentimentul de securitate care se naşte atunci când îţi faci planuri pentru anul următor — exact asta îşi dorise dintotdeauna. Dar, odată cu ivirea copiilor, a apărut o nouă provocare — una care, în cazul ei, era extrem de acută. Băiatul cel mic suferise o operaţie pe cord deschis înainte să împlinească un an şi avea nevoie de îngrijire permanentă, iar băiatul cel mare hotărâse că, la doisprezece ani, e momentul să primească şi el atenţie, motiv pentru care devenise extrem de imaginativ în a-şi alarma părinţii.

Cu tot stresul, se bucurau de o viaţă confortabilă. Lui Stefan îi lipsea focul din ochii soţiei lui, dar se gândea că nu-i putea cere mai mult, la cât de epuizată era. El se grăbea în fiecare zi să ajungă acasă de la serviciu, ca să fie cu ea şi copiii, dar soţia lui era prea absorbită de responsabilităţi pentru a observa amorţeala care se instala puţin câte puţin. „Nu avem o căsnicie nefericită, a insistat ea. Stefan nu uită niciodată nopţile săptămânale de amor. Dar cum să fiu romantică dacă sunt îngrijorată din cauza sănătăţii unuia dintre copii şi a notelor din ce în ce mai slabe ale celuilalt, ori când ştiu că trebuie să mă trezesc cu noaptea în cap? Să fiu sinceră, prefer să îmi citesc e-mailurile seara, înainte de culcare, încât să am un lucru mai puţin de făcut dimineaţa."

Istoricul şi eseistul Pamela Haag a scris o carte dedicată căsniciilor de genul celei a Danicăi şi a lui Stefan, pe care le numeşte „căsniciile melancoliei". Analizând situaţia acestor „cupluri semifericite", Haag a explicat:

Căsătoria adaugă lucruri, dar totodată ia lucruri din viaţa ta. Constanţa ucide bucuria; bucuria ucide siguranţa; siguranţa ucide dorinţa; dorinţa ucide stabilitatea; stabilitatea ucide erotismul.

Ceva cedează; o parte din tine scade. Poate că e un lucru tară de care poţi trăi — sau dimpotrivă.

Şi poate că e greu să ştii dinainte de căsătorie de care parte din tine te poţi lipsi... şi care anume face parte din spiritul tău.[68]

Pentru Danica, dar şi pentru mulţi alţii, până când nu i-a amintit cineva din exteriorul căsniciei de acea „parte a spiritului nu s-a întâmplat să îşi dea seama că tocmai această parte este de neînlocuit. Flirtul bine formulat în cuvinte al lui Luiz o atingea exact în melancolia ei şi trezea un sine pe care acum îl simte în mod clar mai autentic decât pe cel al mamei autocritice, frustrate şi împărţite în zece direcţii, aşa cum a ajuns ea azi.

Adulterul ca o soluţie „atât/cât şi“

Dacă aveam nevoie de dovezi pentru cât de dificil se dovedeşte să echilibrăm pornirile contrare, infidelitatea ar fi Proba A. Şi, poate, după cum sugera Laura Kipnis, infidelitatea nu este doar produsul secundar al dorinţei profund umane de a avea două lucruri în acelaşi timp, ci şi un fel de decizie. „Dorinţa de adulter se află cuibărită în această scindare psihică fundamentala[1], a explicat Kipsis, iar adulterul oferă „soluţia eficace de externalizare a conflictului prin membrii triunghiului clasic."[69]

Este un adevăr general valabil că mulţi oameni caută în afara căsniciei lucruri pe care nu le pot găsi acasă. Dar cei care caută în altă parte lucruri pe care nu le doresc acasă? Pentru unii, adresa poştală nu este locul potrivit pentru emoţiile tulburi asociate cu pasiunea romantică sau sexul dezlănţuit. După cum sugera Mitchell, e mult mai riscant să eliberezi acele forţe cu persoana pe care te bazezi în căsnicie. în astfel de cazuri, aventurile extraconjugale ale oamenilor nu sunt motivate de lipsa de respect faţă de ceea ce au acasă; dimpotrivă, ei apreciază atât de mult ceea ce au, încât nu doresc să altereze aceste lucruri. Se opun destabilizării vieţii lor casnice

cu energia necumpătată a erosului.

Poate că vor să scape, temporar, de cuibul lor călduţ, dar în mod evident nu vor să îl piardă. Infidelitatea apare ca o soluţie clar segmentată: riscul şi febrilitatea în iatacul amantului; confortul şi apropierea în căminul conjugal.

Cel puţin la nivel teoretic, un adulter rezolvă dilema reconcilierii dintre siguranţă şi aventură, promiţându-le pe amândouă. Externalizând pasiunea şi riscul unei terţe părţi, infidelul transcende plictiseala conjugală, fără să renunţe total la ea. La urma urmei, patul amantului nu este locul în care dorim să ne stabilim — vrem doar libertatea de a-1 vizita când alegem să o facem. Atâta vreme cât reuşim să păstrăm secretul, ne încearcă senzaţia că putem avea totul. „Ispita transformatoare a unui adulter este alimentată de această contradicţie — totul se schimbă, şi totuşi nimic nu trebuie să se schimbe. O relaţie extra-conjugală oferă făgăduinţa seducătoare că «atât/cât şi» este posibil —că «ori/ori» din monogamie poate fi încălcat"[70], au explicat sociologii Lise VanderVoort şi Steve Duck.

Dorinţa unei femei, pierdută şi recuperată

Danica nu este prima femeie care se „închide" acasă şi „revine la viaţă" afară. Povestea ei este povestea arhetipală a amuţirii erosului. Văd tot timpul doamne ca ea — de obicei, târâte la terapie de soţii frustraţi, care au obosit să fie respinşi în fiecare noapte. Plângerea tipică: este absorbită de copii; nu este deloc interesată de sex. „Oricât de multe vase aş spăla, tot nu face amor cu mine." Am descoperit însă că aceleaşi femei „se trezesc la viaţă" într-o poveste de dragoste complet neaşteptată.

Mulţi bărbaţi fac eforturi să înţeleagă de ce femeia care nu poate fi deranjată în patul conjugal are, brusc, o relaţie pasională în care nu se mai satură de sex. Ani la rând s-au gândit că pur şi simplu nu o interesează; acum, cu dovezi noi în mână, reanalizează situaţia — „probabil că nu o tentează să facă sex cu mine“. în unele situaţii, dorinţele hoinare ale unei femei pot fi, într-adevăr, o reacţie la un soţ lipsit de imaginaţie, dar nu e cazul întotdeauna. în realitate, Stefan este un romantic, căruia îi place să pregătească terenul pentru plăcerea soţiei lui, însă reacţia ei tipică e: „Hai să nu facem un circ din chestia asta, bine?“ Totuşi, cu Luiz s-a desfăşurat plenar în jocul cu mai multe reprize al actului sexual — şi chiar a făcut ca acesta să continue în multele SMS-uri care i-au urmat.

Soţia de-abia aşteaptă să se termine actul sexual. Amanta îşi doreşte să nu se mai termine niciodată. E uşor să crezi că bărbaţii sunt cei care fac diferenţa. Dar contextul contează mai mult. Şi prin „context" înţeleg povestea pe care ea şi-o spune sieşi, plus personajul pe care îl joacă în cadrul relaţiei. Casă, căsnicie, maternitate, toate au reprezentat dintotdeauna soarta multor femei, dar şi locul în care femeile nu se mai simt femei.

Scrierile cunoscutei cercetătoare Marta Meana sunt extrem de lămuritoare în ceea ce priveşte enigma dorinţei feminine. Aceasta contestă ipoteza des întâlnită că sexualitatea feminină depinde de conexiunea relaţională — iubire, angajament şi siguranţă. La urma urmei, dacă astfel de ipoteze ar fi reale, atunci sexul ar trebui să fie înfloritor în căsnicii precum a Danicăi. Marta

Meana a sugerat că femeile nu sunt doar „suflete sensibile", ci şi „îndrăzneţe sexual şi provocatoare" — în realitate, „femeile pot fi excitate, la fel ca bărbaţii, de noutate, de ilegalitate, de brutalitate, de anonimat, dar valoarea sexuală a acestora poate să nu fie atât de mare pentru femei, încât să fie dispuse să renunţe la lucruri pe care le consideră mai importante pentru ele (de exemplu, conectarea emoţională)".[71]

După cum am spus frecvent, nevoile noastre emoţionale şi nevoile erotice nu se suprapun întotdeauna perfect. Pentru unii, siguranţa pe care o găsesc în relaţie le oferă încrederea necesară pentru a se juca, a-şi asuma riscuri şi a avea dorinţe sexuale altfel bine ascunse. Dar pentru mulţi alţii, calităţile domestice care alimentează iubirea sunt cele care, în acelaşi timp, sufocă lent dorinţa. Ce fac femeile când sunt forţate să aleagă? Meana este de părere că „femeile aleg relaţiile bune în defavoarea plăcerii sexuale".

Cu alte cuvinte, din negura timpului, femeile şi-au pus nevoile emoţionale mai presus de nevoile erotice. O femeie ştie ce o excită, dar ştie şi ce este mai important decât să fie excitată. Ştie ce îi place şi ştie de ce are nevoie. Pentru ea, alegerea este deja făcută.

Stefan, bineînţeles, nu a descifrat acest puzzle al simţurilor feminine. Asemenea multor bărbaţi, când soţia lui a devenit retractilă, el a tras concluzia că nu îi place sexul. Ceea ce conduce la o altă neînţelegere frecventă, pe care lucrarea Martei Meana a lămurit-o: interpretăm lipsa de interes faţă de relaţiile intime drept o dovadă că instinctul sexual al femeilor este evident mai puţin puternic. Poate că ar fi mai potrivit să gândim că este un instinct care are nevoie să fie provocat mai intens şi cu mai multă imaginaţie — şi în principal de ea însăşi, nu doar de partener.

Când o femeie are o aventură, ea aduce autodeterminare în plăcerea personală. în tranziţia către căsnicie, prea multe dintre semenele sale experimentează o trecere a sexualităţii de la dorinţă la datorie. Când devine ceva ce trebuie să facă, atunci nu mai este ceva ce femeia vrea să facă. Prin comparaţie, în adulter se activează propria ei dorinţă — acolo îşi urmăreşte propria satisfacţie.

Stefan se simte inconfortabil că nu a observat profunzimea declinului Danicăi şi chiar a mers până acolo încât l-a căutat pe amantul acesteia pentru a descoperi ce se întâmplase. L-a întrebat: „De unde ai ştiut că e moartă pe dinăuntru? Ce ai văzut?“ Luiz i-a spus: „Mi-a amintit de un copac, iarna. Deşi nu are frunze, îţi poţi imagina starea lui naturală de strălucire din timpul verii.“ După ce a auzit această descriere poetică a dramei pe care o trăia soţia lui, Stefan s-a simţit trist şi gelos. De ce Luiz era capabil să o facă să înflorească din nou, pe când el nu reuşea?

I-am explicat: „Fiind cu el, nu trebuie să se gândească la copii, facturi, cină — la toate lucrurile care o fac să se simtă epuizată erotic. Pune-1 pe el în locul tău şi, în curând, va avea aceeaşi soartă."

„Tăcerea erotică" este termenul pe care psihoterapeutul şi autorul Dalma Heyn îl utilizează pentru a descrie această stare de declin —o „dispariţie neaşteptată, imposibil de exprimat, a plăcerii şi a vitalităţii"[72], care apare la unele femei după ce se mărită. „Sexualitatea unei femei depinde de autenticitate şi de grija pe care şi-o poartă sieşi", a explicat ea. Şi totuşi, căsătoria şi maternitatea necesită un nivel de lipsă de egoism în totală contradicţie cu egoismul inerent al

dorinţei. Faptul că devin responsabile de soarta altora face mai dificil procesul prin care se pot concentra asupra propriilor nevoi, se pot simţi spontane, expresive şi libere din punct de vedere sexual. Pentru multe femei, e dificil să găsească acasă acest tip de preocupare pentru propria persoană, esenţială plăcerii erotice. Sarcina grijii pentru ceilalţi este, intr-adevăr, un antiafrodiziac puternic.

Când o femeie se chinuie să rămână în contact cu sine însăşi, o relaţie extraconjugală devine adeseori un loc unde poate face asta. Asemenea eroilor din mitologia antică, ea pleacă de acasă pentru a se regăsi. Legătura secretă devine ceva care îi aparţine doar ei — o marcă a autonomiei. Când ai o astfel de relaţie, ştii sigur că nu o faci pentru a avea grijă de altcineva. Subiecţii lui Heyn au confirmat că împlinirea sinelui este inerentă într-o astfel de poveste de iubire. „In timp ce, înainte de aventuri, aceste femei îşi simţeau corpurile fragmentate, vocile amuţite, trăiau cu impresia că le lipseşte un organ vital sau un aspect al propriei personalităţi, pe parcursul relaţiei adulterine şi după, totul s-a schimbat. Au renunţat la sentimentele înăbuşite şi au intrat într-o realitate clară, una plină de culori şi vibraţii, în care se simţeau vii, treze, puternice şi concentrate."[73]

Din experienţa mea, această temă a autonomiei revine mai frecvent în cazul infidelităţii feminine, dar în niciun caz nu este exclusiv a femeilor şi nici limitată la cuplurile hete-rosexuale. Femeile sunt mai înclinate să spună: „M-am pierdut". Bărbaţii se plâng: „Mi-am pierdut femeia." Şi ei încep să caute în jur, nu doar pentru sex mai mult şi mai pasional, ci pentru conectare, intensitate, vitalitate. în mod ironic, cum roata adulterului se întoarce, nu de puţine ori ajung să întâlnească o femeie care, acasă, se simte exact ca soţia lor şi îşi caută în altă parte propria revenire la viaţă.

Cercetarea făcută de Marta Meana şi colega ei, psihologul Karen E. Sims, confirmă soarta erotică a multor femei care, de altfel, au o căsnicie fericită. Ele au identificat trei teme centrale care „reprezintă forţe ce influenţează negativ dorinţa sexuală". în primul rând, instituţionalizarea relaţiilor — trecerea de la libertate şi independenţă la angajament şi responsabilitate. în al doilea rând, familiaritatea excesivă care se dezvoltă când intimitatea şi apropierea înlocuiesc individualitatea şi misterul. Şi, în ultimul rând, natura desexu-alizantă a anumitor roluri — de mamă, soţie şi manager al casei. Toate promovează dezerotizarea sinelui.[74]

Aceste descoperiri susţin observaţia mea clinică: provocarea în menţinerea dorinţei se află în capacitatea de a naviga printre aceste polarităţi fundamentale din noi înşine. Şi, din nou, ele infirmă gândirea convenţională despre dorinţa feminină, în special ipoteza că, pentru a se simţi deschise din punct de vedere sexual, femeile se bazează exclusiv pe siguranţă. „Mai degrabă decât să fie ancorată în «latura sigură» a continuumului, au conchis cercetătoarele, dorinţa sexuală feminină necesită un echilibru între impulsuri opuse — între confort şi libertate, siguranţă şi risc, intimitate şi individualitate."[75]

Pentru cei care se luptă să păstreze acest echilibru delicat între contrarii, este uşor de sesizat de ce infidelitatea oferă o propunere seducătoare. Structura aventurii este oricum, numai instituţionalizată nu, o cale sigură către libertate şi independenţă. Aşa cum explica Sims, este o zonă de „limi-nalitate" — o abdicare de la reguli şi responsabilităţi, o căutare activă a plăcerii, o

transcendere a limitelor realităţii, în mod sigur, când împărţi aceeaşi cameră de baie de zeci de ani, familiaritatea extremă care s-a instalat nu prezintă absolut niciun risc. Misterul, noutatea şi necunoscutul sunt părţi integrante ale aventurii. Iar rolul amantului este fundamental sexual, în timp ce mama, soţia, gospodina rămân acasă, sub cheie.

„Cine eşti tu când nu eşti cu mine?“

Când mă întâlnesc cu Stefan şi Danica împreună, el repetă că nu vrea nimic altceva decât ca soţia lui să îşi recapete şinele erotic alături de el. „Nu îmi place cum se sacrifică în permanenţă pentru copii, nemailăsând nimic pentru sine şi pentru noi doi. Vreau să o sprijin ca să schimbe asta.“ Este plin de idei referitoare la cum o poate ajuta să găsească mai mult timp şi spaţiu pentru ea însăşi — să recupereze toate lucrurile care o făceau fericită. Volei. Yoga. întâlniri cu fetele. „Dar, până acum, nu s-a întâmplat“, mi-a spus el.

Am observat că Danica nu spune nimic.

„Este minunat, i-am răspuns lui Stefan. Dar nu poţi face mai mult de atât.“ Dacă va continua să încerce să rezolve problemele în locul ei, fiecare sugestie va întări sentimentul de obligaţie conjugală şi, în mod paradoxal, îi va spori împotrivirea. Danica are nevoie să facă ceea ce vrea ea şi nu ceea ce vrea soţul de la ea.

Le spun adeseori pacienţilor mei că, dacă ar putea să aducă în relaţiile lor conjugale măcar o zecime din îndrăzneala, zburdălnicia şi verva pe care le aduc în relaţiile lor extraconjugale, viaţa de acasă ar fi complet diferită. Imaginaţia noastră pare să fie mai bogată în relaţiile adulterine decât în cele oficiale. Când spun asta, mă gândesc la o scenă memorabilă din filmul A Walk on the Moon. Pearl (Diane Lane) are o aventură cu un comis-voiajor care vinde bluze, un spirit liber. Alison, fiica ei adolescentă, o întreabă: „îl iubeşti pe omul cu bluzele mai mult decât ne iubeşti pe noi toţi?“ „Nu, răspunde mama ei, dar uneori este mai uşor să fii diferit cu o persoană diferită."

Pentru ca această căsnicie să se refacă, nu doar emoţional, ci şi erotic, Danica trebuie să găsească o modalitate de a fi diferită cu aceeaşi persoană cu care trăieşte de atâta vreme. Şi, cu toate că nu există nicio îndoială că acest lucru este dificil, nu este imposibil. Am văzut destule femei, înarmate cu drepturi şi încredere erotice proaspete, care şi-au adus înapoi şinele regăsit, la parteneri, care poate că nu ştiu ce a produs schimbarea, dar în mod sigur au apreciat-o. întâlnirile intime cu un terţ pot aduce la viaţă (sau readuce la viaţă) o sexualitate amorţită. Deci, infidelitatea poate deprecia rezervele sexuale ale cuplului, dar există şi cazuri în care poate veni cu un surplus.

Danica trebuie să îşi accepte contradicţia internă şi să facă pace cu femeia care şi-a urmărit, plină de entuziasm, propria plăcere, chiar dacă aceasta a însemnat să îşi trădeze căsnicia. „Dacă dezaprobi, dacă vezi doar partea urâtă şi ruşinoasă a adulterului, atunci îţi vei bara singura cale de salvare a propriei vieţi“, le-am explicat. Dar Danica pare în continuare şovăitoare, iar frustrarea lui Stefan este evidentă.

Pentru el, cea mai profundă rană nu i-a fost produsă de faptul că ea s-a dus în altă parte, ci că i-a arătat ce anume ar fi fost posibil, şi acum pare incapabilă sau nu doreşte să împartă asta cu el. Atâta vreme cât se gândea că soţia, pur şi simplu, nu mai avea această pasiune, era resemnat. Dar acum, şi Stefan simte că are dreptul la mai multă ardoare, iar ideea de a se întoarce la „situaţia călduţă" îl îngrozeşte.

Este trist, dar aducerea pasiunii acasă se dovedeşte un lucru mai dificil decât şi-a imaginat. Când mi-a scris, optsprezece luni mai târziu, încă aştepta să regăsească pomul cu florile de vară. Aproape că îşi pierduse orice speranţă.

Dacă ţinem cont de dorinţele noastre dialectice, oare conflictul intern care conduce la infidelitate este inevitabil? Suntem predispuşi să apreciem obişnuinţa şi siguranţa acasă, apoi să fugim să căutăm aventura în altă parte? Este posibil să rămâi viu lângă un partener de viaţă? Putem trăi în miezul familiarităţii experienţa acelui alt eu? Şi dacă da, de ce anume ar fi nevoie? Povestea Danicăi şi a lui Stefan nefiind foarte încurajatoare, sunteţi iertaţi dacă, în acest moment, vă simţiţi cam demoralizaţi. însă este un exemplu elocvent pentru realităţile omeneşti pe care nu ne putem permite să le neglijăm. Iubirea şi dorinţa nu trebuie să fie reciproc exclusive. Multe cupluri găsesc o metodă prin care să îşi integreze contradicţiile fără a recurge la compartimentări. Dar totul începe cu înţelegerea faptului că nu putem niciodată să eliminăm dilema. împăcarea erotismului cu viaţa conjugală nu este o problemă care trebuie rezolvată, ci un paradox care trebuie administrat cât mai bine.

CAPITOLUL 11 Este vreodată sexul doar sex? Economia emoţională a adulterului

Sunt 80 000 de prostituate doar la Londra, şi ce sunt ele, dacă nu sacrificii sângerânde pe altarul monogamici?

Arthur Schopenhauer, Studii în pesimism

UN TIP INTRĂ ÎNTR-UN BAR, îşi scoate verigheta, pune pe masă un teanc de bancnote şi îi face semn unei fete drăguţe să vină să danseze pentru el...

îmi pot imagina ce gândiţi. Poate sunteţi excitaţi, poate sunteţi dezgustaţi. Poate că săriţi imediat să judecaţi sau să găsiţi scuze. „Bărbaţii sunt nişte porci!“ „Bărbaţii au nevoie de sex. Probabil că soţia lui nu mai face amor cu el.“ „Nemernic." „Ahtiat după sex.“ „Obsedat." „Nenorocit." Un cuvânt la care aproape sigur nu vă gândiţi este „iubire". Supoziţia generală este că femeile înşală pentru iubire — dar bărbaţii? Ei înşală pentru sex. Şi această ipoteză are argumente cu atât mai puternice când sexul este anonim, tranzacţional sau comercial. întâlnirile de genul acesta nu presupun niciun fel de emoţie. Faptul că bărbatul nu-şi aminteşte numele ei nu reprezintă o dovadă că sexul este singura marfa pusă în vânzare?

Totuşi, în povestea complicată a adulterului, lucrurile nu sunt întotdeauna ceea ce par a fi. Multe dintre aventurile femeilor sunt un rezultat al dorinţei fizice. Şi multe dintre escapadele bărbaţilor sunt alimentate de nevoi emoţionale complexe — inclusiv cele a căror marcă de

infidelitate înclină spre cuceririle întâmplătoare sau comerciale.

Garth, în vârstă de cincizeci şi cinci de ani, suferă de mulţi ani de disfuncţie erectilă în relaţia cu soţia lui, Valerie. „Nu voiam să se simtă prost, aşa că am încetat să mai încercăm, mi-a povestit ea. Apoi am aflat că, de când suntem căsătoriţi, merge la cluburi de striptease, la petreceri sexuale şi la prostituate!" Valerie, şi ea în vârstă de cincizeci şi ceva de ani, nu-şi revine. „Cred că mă iubeşte. Dar cum poate el să fie doi oameni în acelaşi timp: un soţ iubitor, care are probleme de erecţie acasă, şi un căutător obsesiv de sex anonim în afara casei? Şi când te gândeşti că am renunţat la propria mea sexualitate pentru asta...?!“

Scott, cu douăzeci de ani mai tânăr decât Garth, tocmai a început o nouă relaţie cu Kristen, în vârstă de treizeci şi unu de ani. Obişnuiau să facă sex în fiecare zi, mi-a povestit, dar după vreo şase luni, pur şi simplu îi dispăruse cheful. Problema nu era că nu se simţea excitat, ci că prefera să se retragă în peştera lui masculină şi să îşi rezolve nevoile cu filme porno. Kristen era îngrijorată din pricina vieţii lor sexuale tot mai şubrede, dar ştia că el trece printr-o perioadă dificilă: afacerea lui nu prea mai mergea şi tocmai îi murise mama. Totuşi, empatia ei s-a transformat în oroare când o prietenă i-a spus că l-a văzut pe Scott urcând în liftul unui hotel împreună cu două fete. „A recunoscut că le-a găsit pe Tinder, când căuta partenere pentru o partidă de sex în trei. Una dintre ele i-a «pasat» o infecţie cu transmitere sexuală." Kristen a început să sape şi a fost şocată de obiceiurile lui Scott, care includeau urmărirea de filme porno, prietene pe Tinder, precum şi extravaganţe ocazionale cu prostituate de o mie de dolari pe noapte. „Dacă i-aş fi făcut reproşuri, dacă l-aş fi bătut la cap sau dacă l-aş fi respins, aş înţelege. Dar aşa, pur şi simplu nu pricep!"

Iată şi povestea lui Jonah, care are treizeci şi un pic de ani şi este căsătorit cu Danielle, colega lui din facultate. Au doi copii şi viaţa lor sexuală părea să se fi stins, când Danielle a descoperit că masajele săptămânale ale lui Jonah făceau parte din categoria celor „cu final fericit", iar orele petrecute la computer nu erau dedicate jocului World of Warcraft.

Jonah, Scott şi Garth sunt trei dintre bărbaţii pe care i-am văzut venind la mine în cabinet însoţiţi de soţiile lor, confuze, şocate şi, adeseori, dezgustate. Acest tip de personaj infidel este aproape întotdeauna bărbat şi heterosexual. De obicei, oamenii aceştia sunt căsătoriţi sau angajaţi într-o relaţie stabilă şi vor să rămână aşa. Sunt taţi, fii, iubiţi sau soţi responsabili şi drăgăstoşi, genul la care apelează toată lumea când are nevoie de ajutor, bani sau sfaturi. Dacă ar vrea, ar putea să aibă o aventură fără să îşi deschidă portofelul. Şi, contrar credinţei populare, de obicei acasă îi aşteaptă o femeie atrăgătoare, dornică să facă sex cu ei. Dar ei îşi externalizează viaţa sexuală cu prostituate sau se complac în aventuri de o noapte, cu stripteuze sau lucrătoare sexual pe internet, cu jocuri erotice online sau filme porno.

De ce îşi exportă aceşti bărbaţi dorinţa şi de ce fac asta în întâlniri bazate pe bani? Cum pot soţiile lor să „reconcilieze" bărbatul blând pe care îl ştiu de acasă cu tipul care se strecoară într-un club unde se practică prostituţia?

în trecut, descoperirea faptului că soţul cuiva a fost la prostituate era un lucru mai puţin spectaculos decât flirtul cu soţia vecinului. Producea durere, dar nu punea în pericol căsnicia, deoarece bărbatul nu urma să îşi părăsească soţia pentru prostituată. De fapt, multă lume nici nu

considera frecventarea unor femei uşoare ca fiind adulter, iar unii mergeau până acolo încât spuneau că prostituatele există tocmai ca bărbaţii să nu îşi înşele soţiile.

Totuşi, în ziua de azi, numeroase femei consideră aventura cu o damă de companie la fel de gravă ca o aventură noncomercială. Acest fenomen duce imediat la întrebări mult mai profunde şi mai tulburătoare cu privire la tipul de bărbat cu care s-au măritat. Ce spune despre el faptul că este capabil să plătească pentru sex, ceea ce li se pare acelor soţii atât de degradat şi degradant?

Este uşor să îi condamni pe bărbaţii respectivi atât pentru că îşi abandonează soţiile, cât şi pentru că se implică într-o industrie care, în formele ei mai întunecate, trafichează, exploatează şi subjugă femei. Există pornirea de a-i cataloga drept imaturi, misogini, obsedaţi sexual. Şi unii dintre ei chiar aşa sunt. Dar terapia cu bărbaţi precum Garth, Scott şi Jonah m-a făcut să cercetez mai îndeaproape cum lipsa de încredere în sine, fanteziile şi tulburarea emoţională pot determina nişte ţipi de treabă să aibă o viaţă dublă, într-o lume dubioasă. Ce caută ei în aventurile pasagere? Dacă plătesc, pentru ce plătesc, de fapt? în mod clar, pentru sexul fără obligaţii. Este distractiv, este diferit, este excitant, nu va fi întrerupt de plânsul vreunui bebeluş. Dar e asta totul? Aceşti bărbaţi mă şochează şi mi se par a alcătui o subcategorie a infidelilor, oameni care ne pot învăţa ceva despre intersecţia dintre masculinitate, infidelitate, economie şi cultură.

Dorinţa unui bărbat. Când iubirea

j

şi dorinţa o iau pe căi diferite

„O să credeţi că sunt un nenorocit", mi-a spus Garth la prima şedinţă doar cu el. A continuat cu o poveste sordidă despre infidelităţile variate prin care a trecut, nu doar de când e însurat cu Valerie, ci şi în cele două căsnicii anterioare.

„De fiecare dată se întâmplă acelaşi lucru, a ţinut să sublinieze. începutul este fierbinte, plin de pasiune. însă, cam după un an, îmi pierd tot interesul pentru soţie. Nici măcar nu mai am erecţie. Poate sună ciudat, dar aproape simt că fac ceva greşit când o ating."

Ultimul comentariu nu a fost ceva nou pentru mine — este o cheie importantă pentru impasul în care se află. Una e să îţi pierzi interesul; există o mulţime de oameni pentru care pofta se topeşte în tandreţe. Dar ceea ce mi-a descris el este mai visceral — o reacţie de aversiune sexuală faţă de parteneră, aproape ca şi cum ar trebui să traverseze o graniţă interzisă. Această senzaţie de tabu m-a făcut să fiu atentă la posibila prezenţă a ceea ce terapeutul Jack Morin numeşte „sciziune iubire-pasiune".

„Una dintre provocările esenţiale ale vieţii erotice este să dezvoltăm o interacţiune confortabilă între pornirile noastre sexuale şi dorinţa de a crea o legătură plină de afecţiune cu partenerul",[76] a explicat Morin. Eu una bănuiesc că o astfel de căutare a sexului în exterior, precum cea întreprinsă de Garth, este o manifestare a incapacităţii sale de a integra apropierea sufletească şi pasiunea sexuală. Bărbaţii aflaţi în această situaţie nu sunt doar plictisiţi, în căutare de

noutate, gata să treacă la altcineva. „Credeţi-mă, nu îmi place situaţia, mi-a spus Garth. Nu vreau să fiu genul de bărbat care îşi înşală partenera. Plus că mă simt foarte jenat că nu sunt în stare să o satisfac pe Valerie şi încerc să compensez având grijă de ea în alte feluri. Ea crede că disfuncţia erectilă are drept cauză diabetul, dar mi s-a întâmplat prima oară cu mult înainte să fiu diagnosticat cu diabet." Mai mult decât atât, nu are nicio problemă privind erecţia când caută plăceri în universul ilegal.

Garth nu este mândru de aventurile lui, dar s-a resemnat cu ideea că, pentru el, iubirea şi pasiunea nu pot exista sub acelaşi acoperiş. A fost întotdeauna discret. Doar descoperirea făcută de Valerie l-a împins la autoreflecţie. Când ne-am întâlnit, îşi dăduse deja seama că problema sa nu avea nimic de-a face cu cât de atrăgătoare era soţia lui şi nici cu cât de mult o iubea.

I-am confirmat concluziile la care a ajuns până acum. „Să ţii minte: nu cred că eşti un nemernic. Dar, în mod evident, avem de-a face cu un tipar care a produs multă durere — atât partenerelor tale, cât şi- ţie. Ascultând-o pe Valerie, cred că ştii să iubeşti. însă ceva din modul în care iubeşti te opreşte de la a face dragoste cu femeia pe care o iubeşti." Să îl ajut pe Garth să înceteze relaţiile extraconjugale va avea o valoare limitată, dacă nu îl ajut să înţeleagă şi ce anume îi produce sciziunea interioară.

L-am rugat să îmi povestească mai multe despre copilăria lui. Cazurile de blocaj sexual repetat, ca al lui, indică aproape întotdeauna prezenţa unei traume implicite. înclinaţiile şi inhibiţiile erotice îşi au originile în experienţele noastre timpurii şi se dezvoltă de-a lungul întregii vieţi. Uneori, este nevoie de investigaţii psihologice pentru a descoperi blocajele sexuale, dar foarte puţin din ceea ce se întâmplă în şinele erotic ţine de hazard.

Garth are o poveste lungă şi tristă, în care tatăl a jucat un rol central. Alcoolic şi violent, predispus la crize de furie, bărbatul a lăsat urme vizibile şi invizibile asupra primului născut. Foarte frecvent, Garth alegea să fie el cel bătut, ca să îşi protejeze mama neajutorată şi fratele mai mic.

Terry Real, care a scris foarte mult despre bărbaţii angajaţi în relaţii, a descris o „treime nesfântă", anume cea formată din „tatăl puternic, iresponsabil şi/sau abuziv, soţia dependentă, oprimată, şi fiul cel blând prins la mijloc". Aceşti fii, a explicat el, dezvoltă relaţii nesănătoase cu mamele lor şi, ca adulţi, „ajung să se teamă de propriile emoţii"[77]. Sunt suflete bune, care simt că trebuie să îşi ciuntească propriile sentimente şi să îşi asume responsabilitatea pentru fericirea mamei şi a femeilor care urmează după ea. Real numeşte acest fenomen „traumă de intruziune", care există nu doar în psihic, ci şi în corp, şi de aici puterea ei de a inhiba intimitatea fizică. Garth poate fi inclus cu uşurinţă în acest şablon, fapt care explică parţial de ce se simte atât de legat de femeile pe care le iubeşte, dar nu e în stare să aibă erecţie în prezenţa lor.

Rezonanţa emoţională dintre relaţia cu părinţii şi relaţia cu soţia este atât de puternică, încât conduce la o nefericită încurcătură de circuite. De aici, sentimentul că sexul de acasă este „greşit", aproape incestuos. Când un partener începe să pară prea „din familie", efectul secundar va consta, în mod inevitabil, în avarierea vieţii sexuale. Oricât de ironic ar părea, în acel moment, tabuul infidelităţii pare mai puţin grav decât sexul acasă.

Iubirea implică întotdeauna un sentiment de responsabilitate şi de grijă referitor la bunăstarea persoanei dragi. Dar, pentru unii dintre noi, aceste sentimente normale pot deveni o povară, mai ales când un copil a trebuit să „îşi crească” propriii părinţi. Fin cunoscător al fragilităţii şi al delicateţii celui pe care îl iubeşte, acest personaj poartă o greutate care îl împiedică să se relaxeze, pentru a se bucura de intimitatea şi plăcerea erotică. Gândiţi-vă la „jocul de încredere” pe care îl jucam când eram copii, când ne lăsam să cădem pe spate în braţele cuiva care ne prindea. Tot aşa şi în sex, te poţi lăsa fără teamă doar dacă ai încredere că celălalt este puternic şi va fi în stare să primească forţa dorinţei tale.

Pentru oameni de genul lui Garth, comportamentul exterior reflectă sciziunea interioară. Există multe variaţiuni pe tema sciziunii iubire-pasiune, atât pentru bărbaţi, cât şi pentru femei, dar, în cazul lui Garth, reprezintă o extensie a rănilor din copilărie. Mulţi băieţi care au fost bătuţi de taţii lor îşi jură că ei nu vor fi niciodată aşa şi se străduiesc din răsputeri să îşi reprime orice formă de agresivitate. Problema este că, în încercarea de a controla această emoţie nemărturisită, sfârşesc prin a-şi anula abilitatea de a avea o viaţă sexuală cu cei pe care îi iubesc.

I-am explicat lui Garth că dorinţa are nevoie de un anumit grad de agresivitate — nu de violenţă, ci de energie asertivă, susţinută. Asta îţi permite să îţi urmăreşti, să îţi doreşti, să îţi iei partenerul şi chiar să îi conferi un anume rol sexual. Robert Stoller, faimosul cercetător în domeniul sexualităţii, a descris acest tip de „obiectificare” ca fiind un ingredient esenţial al sexualităţii — nu e vorba despre a-1 trata pe celălalt ca pe un obiect, ci a-1 vedea ca pe o fiinţă sexuală independentă. Acest proces creează distanţa sănătoasă care îţi permite să îţi erotizezi partenerul, lucru esenţial dacă vrei să ai relaţii intime cu o persoană care face parte din familia ta.

în cazul bărbaţilor care se tem de propria agresivitate şi caută să se rupă de ea, dorinţa se rupe de iubire. Pentru ei, cu cât intimitatea emoţională este mai mare, cu atât creşte şi reticenţa sexuală. Bărbaţii cu versiuni extreme ale acestei sciziuni sfârşesc adeseori prin a fi plini de afecţiune, dar asexuaţi cu partenerii lor, în timp ce consumă cu mare poftă pornografie dură sau se implică în diferite forme de sex tranzacţional. în aceste contexte lipsite de emoţie, nu se tem de apropiere. Dorinţa lor se poate manifesta liber, fără teama de a răni o persoană iubită.

Unii pot asocia sciziunea iubire-pasiune cu „complexul Madona/Prostituată", definit de Freud, şi sunt în mod sigur înrudite. Totuşi, maniera în care conceptualizez eu sciziunea nu se referă doar la modul cum este percepută femeia, ci şi la sciziunea din identitatea bărbatului. Partea care iubeşte, care se simte profund ataşată şi responsabilă este băiatul bun. Partea care are pasiuni devine băiatul rău — nemilos, subversiv, iresponsabil. Rezumând: bărbaţii aceştia pot spune „regulează-mă“ sexual numai după ce au spus „să te regulez" emoţional. Oricât de dur ar suna, orice bărbat care a trăit în acest cadru relaţional îl recunoaşte imediat.

Când vorbesc cu partenerele acestor bărbaţi, descriu adeseori ceea ce atrage la fata de pe scenă, de la colţul străzii sau de pe ecran. Explicaţia care sare în ochi este că o caută pentru fizicul ei. Dar oare este primul motiv? Ceea ce subliniază aceşti bărbaţi în conversaţiile noastre nu priveşte fizicul, ci atitudinea. Activitatea ei îi fac să creadă că nu este deloc o femeie fragilă. Este puternică din punct de vedere sexual, ba chiar autoritară, şi nu-i aminteşte nicidecum bărbatului de mama lui oprimată sau de soţia extenuată. încrederea de sine şi disponibilitatea fetei îl

excită şi îl eliberează de orice grijă sau responsabilitate în ceea ce priveşte plăcerea ei. După cum explica psihanalistul Michael Bader, pofta acestei femei îi domoleşte teama că şi-ar putea impune dorinţele primitive, ba chiar violente, asupra ei. Prin urmare, conflictul său interior legat de propria agresivitate este temporar anulat. Se poate dezlănţui după voie, în moduri pe care nu le poate încerca în relaţia cu soţia lui, pe care o iubeşte şi o respectă.

Sciziunile iubire-pasiune există sub diferite forme. Pentru unii, această sciziune apare când — cu sau fără voinţa lui — partenerul e perceput ca jucând rolul unui părinte. Poate fi cazul clasic: „M-am căsătorit cu cineva ca mama/ tata" sau poate fi exact opusul: „M-am căsătorit cu cineva care ar fi putut fi mama/tatăl pe care nu am avut-o/nu I-am avut niciodată." Poate fi pur şi simplu rolul mamei. O femeie mi-a povestit că, în cazul primului bebeluş, partenerul ei nu a atins-o din clipa în care sarcina a devenit vizibilă şi până în momentul când a scăpat de kilogramele luate în timpul sarcinii. Acelaşi lucru şi cu al doilea bebeluş. Ea tânjea după atingere, ce să mai zicem de sex, dar el părea să fie absolut îngrozit de idee. Până la apariţia celui de-al treilea bebeluş, femeia pusese în locul liber un amant care adora erotismul fertilităţii.

Oricum s-ar întâmpla, familiarizarea excesivă cu un partener intim este un dezastru pentru viaţa sexuală. Persoana în cauză îşi pierde identitatea erotică. Relaţia poate fi plină de iubire, afectuoasă, tandră, dar este lipsită de dorinţă.

Sciziunea iubire-dorinţă se dovedeşte a fi unul dintre cele mai complicate scenarii de infidelitate cu care mă confrunt. Este uşor să ne gândim că, dacă nu ar avea variante, bărbaţii şi-ar aduce libidoul acasă. Dar eu am văzut mulţi bărbaţi care îşi sting flăcările paralele, şi totuşi acasă sunt la fel de închişi şi incapabili să aprindă vreun alt foc. Pentru unii, sciziunea este atât de categorică, încât cu mare greutate îi poţi ajuta să găsească o soluţie.

Mai des se întâmplă ca la mijloc să fie o capcană. Una dintre aventurile soţului hoinar devine mai serioasă. Se îndrăgosteşte şi crede că a găsit Graalul: pentru prima dată după atâta vreme, iubeşte şi doreşte aceeaşi femeie. Convins că până atunci a fost cu persoana nepotrivită, îşi părăseşte familia şi căsnicia pentru noua iubită, dar peste puţină vreme se regăseşte în situaţia iniţială. Garth este la al treilea mariaj.

Soţia lui, Valerie, ştie că are puţine şanse de câştig. A văzut asta întâmplându-se mai înainte, când juca rolul ultimei concubine. Acum, ea este soţia, şi în niciun caz nu va sta cu mâinile în sân, aşteptând ca el să divorţeze. La început, a avut o abordare pragmatică: „Dacă tu îţi iei o amantă, îmi iau şi eu un amant! Nu vreau să îmi petrec ultimii treizeci de ani din viaţă singură acasă, mâncând îngheţată. Intenţionez să am un al treilea act glorios." Dar Garth nici nu a vrut să audă.

„Asta nu e căsnicie!", a atacat el. Foarte frecvent, acelaşi bărbat care nu îşi atinge soţia nu suportă gândul că aceasta ar putea fi atinsă de altcineva. în interiorul lui vieţuieşte un băieţel îngrozit că şi-ar putea pierde mama.

„Nu o să continui să suport complimentele lui de doi bani, a tunat Valerie. E înjositor şi îl face să pară atât de slab! Nu e decât un mincinos nenorocit. Cum să fac sex cu cineva pe care nu pot să îl respect?[1]' Femeia a intentat divorţ, sperând că data viitoare va găsi un bărbat în care iubirea

şi pasiunea au ajuns la o înţelegere mai bună.

Demontarea misticii masculine

Scott vine singur la şedinţele cu mine. Kristen i-a spus că nimic din toate explicaţiile lui nu stă în picioare şi că ar fi bine „să-şi rezolve rapid mizeriile". Sarcina mea este să îl ajut pe acest tânăr să înţeleagă de ce şi-a pierdut interesul pentru iubita lui, frumoasă şi talentată, şi, în schimb, petrece zilnic ore întregi pe site-uri de dating şi uitându-se la filme porno.

Scott a crescut în Houston, Texas. A fost un jucător de fotbal care s-a bucurat de popularitate în liceu şi în facultate, deci a avut întotdeauna o mulţime de iubite şi, întotdeauna, şi-a suplimentat relaţiile oficiale cu aventuri. El şi Kristen, fost fotomodel, devenit terapeut, sunt împreună de aproape doi ani.

„Vorbeşte-mi despre cum a început relaţia voastră. La început nu ai avut probleme când făceai dragoste cu ea?" „Nicio problemă. Făceam sex în fiecare zi, uneori şi de câteva ori pe zi."

„Chiar aşa?", am întrebat.

„Da, păi aşa trebuie, nu? Dacă nu făceam sex cu ea zilnic, ar fi crezut că nu o iubesc."

„Dar tu voiai asta în fiecare zi?“, am insistat.

„Sincer să fiu, nu prea aveam întotdeauna chef, dar mă străduiam. Nu zic că îmi displăcea, dar uneori îmi făceam griji că nu o să pot menţine prea mult erecţia. Nu ştiam întotdeauna dacă ea avea orgasm sau dacă îi plăcea la fel de mult cum îi plăcuse cu alţi băieţi. Aşa că am cerut o reţetă pentru Viagra, despre care Kristen habar n-avea. Uneori luam pastila chiar şi când aveam erecţie naturală, doar ca să o impresionez."

L-am întrebat dacă a stat vreodată de vorbă cu Kristen despre ceea ce îşi dorea ea, sau dacă era doar presupunerea lui că tânăra îşi doreşte un armăsar. A recunoscut că nu au discutat asta niciodată.

„Aşadar, ce s-a întâmplat când a obosit armăsarul? Cum s-a oprit?", am întrebat.

Mi-a spus că s-a întâmplat treptat şi, cu timpul, a descoperit că petrecea mai multă vreme privind ecranul telefonului decât în pat. în prima fază nu şi-a făcut griji — la urma urmei, se uita la filme porno de când avea doisprezece ani.

Educaţia sexuală a lui Scott a început în vestiar. „Unul dintre colegii mai mari mi-a arătat câteva site-uri bune." Fete erau din plin, dar el nu prea avea încredere şi s-a apucat de băutură, „ca să scape de tensiune". în facultate, s-a înscris într-o frăţie — cu ţipi care se lăudau că şi-o trăgeau în fiecare noapte. „întotdeauna m-am simţit inferior", mi-a mărturisit tânărul.

Pentru Scott, masculinitatea echivalează cu performanţa sexuală, iar el are o mulţime de aşteptări, la care nu se poate ridica, referitoare la iubire, bărbaţi şi femei. în acelaşi timp, şi iubita

lui are propriile aşteptări: ar vrea ca el să fie mai tandru, mai comunicativ, mai deschis cu privire la sentimentele pe care le nutreşte. Dar Scott nu vrea nici să devină un pămpălău. Ceea ce îl lasă cu o serie de idei contradictorii referitor la ceea ce înseamnă să fii bărbat.

în prezent, apar cu mare viteză noi definiţii ale masculinităţii, iar bărbaţii moderni sunt încurajaţi să deprindă o gamă întreagă de noi abilităţi emoţionale, care nu făceau parte în mod tradiţional din repertoriul lor. în acelaşi timp, vechile concepţii mor greu. Prea mulţi bărbaţi sunt prinşi în idealurile anacronice şi autofrustrante ale bravurii masculine, ce produc sentimente de ruşine şi umilinţă. „Pentru bărbaţi, este din ce în ce mai dificil să se strecoare pe ei înşişi şi erecţiile lor în spaţiul de manevră tot mai strâmt dintre a fi pămpălău şi violator"[78], a rezumat jurnalista Irma Kurtz, coordonatoarea unei rubrici de întrebări şi răspunsuri, această situaţie delicată.

Un individ de genul lui Scott a crescut într-o cultură macho, unde tot ce a auzit de la colegii din frăţie era că băieţii vor sex tot timpul. A citit şi o grămadă de articole care susţineau acelaşi lucru. Eu i-am atras atenţia că majoritatea studiilor de acest gen sunt realizate pe studenţi, prin urmare ştim foarte puţine lucruri despre sexualitatea bărbaţilor maturi. Nu e de mirare, aşadar, că atât de mulţi bărbaţi sunt confuzi cu privire la ei înşişi şi la masculii din jur. Majoritatea bărbaţilor nu ştiu cu ce se confruntă din punct de vedere sexual cel de alături, existând şi marea tentaţie de a se lăuda. în ziua în care un grup de ţipi aflaţi într-un vestiar vor povesti cum se prefac că îi doare capul atunci când iubitele lor au chef de sex, ei bine, în acea zi lumea se va schimba.

Pe de altă parte, nu e de mirare că bărbaţi ca Scott sunt obsedaţi de performanţă, în general — la fel stau lucrurile şi în cazul cercetătorilor. Studiile cu privire la dorinţa sexuală sunt profund centrate pe femei. De ce să studiem dorinţa masculină când. pornim de la presupunerea că aceasta există în permanenţă din belşug? Prin urmare, dacă erecţia lipseşte, problema este strict mecanică. Ne gândim la excitaţia feminină ca având o mulţime de aspecte, dar la bărbaţi, ea ori e, ori nu e. Niciunul dintre aceste stereotipuri nu le este util bărbaţilor pentru stima de sine sau pentru relaţii.

Scott a fost nerăbdător să ajungă la tema principală. „Şi cum rămâne cu adulterul?", m-a întrebat.

„Ajungem şi acolo", l-am liniştit. Procesul prin care cercetăm în profunzime convingerile pe care le are cu privire la masculinitate ne va ajuta să-i decodăm comportamentul sexual. La suprafaţă, acesta pare înscris în stereotipul „bărbat la vânătoare". Dar dacă îl luăm la bani mărunţi, sfârşim prin a consolida exact imaginea masculinităţii ce a contribuit iniţial la blocajul său erotic.

Scott a căzut în plasa definiţiei supralicitate care a fost dată sexualităţii masculine: coordonată biologic, lipsită de complicaţii, gata oricând, mereu în căutarea noului. Psihanalista Ethel Person a surprins perfect situaţia: „Această viziune macho descrie un falus gigantic, puternic, neobosit, ataşat unui bărbat foarte relaxat, în perfect autocontrol, cu experienţă, competent şi destul de versat încât să facă femeile să înnebunească de dorinţă."[79]

în ultimii ani, au apărut multe studii pertinente care au subliniat complexitatea sexualităţii feminine — subiectivismul, caracterul relaţional, natura contextuală, faptul că se bazează pe un echilibru delicat de condiţii. Totuşi, un efect secundar nedorit a fost că aceste cercetări au

servit la suprasimplificarea şi întărirea noţiunilor reducţioniste despre bărbaţi. Când le vom oferi atât bărbaţilor, cât şi femeilor o înţelegere mai nuanţată a sexualităţilor, vom avea şi o înţelegere mai bună a motivelor infidelităţii acestora.

în realitate, când vine vorba despre dorinţă, bărbaţii şi femeile sunt mai degrabă asemănători decât diferiţi. Nimic din proiectul sexual al lui Scott nu mă face să cred că sexualitatea lui este mai puţin complicată sau mai puţin emoţională decât într-o versiune feminină. Şi nici mai puţin relaţională. Când aud de presiunea pe care Scott şi-o impune pentru a-şi mulţumi iubita, de modul în care se evaluează după numărul de orgasme avute de ea, de teama că aceasta s-a simţit mai bine cu iubiţii anteriori, aud, de fapt, ruşine, anxietate legată de performanţă, teamă de respingere. „Cum altfel să numim aceste emoţii, dacă nu relaţionale?[11], l-am întrebat.

La întâlnirile noastre, l-am ajutat pe Scott să facă legătura între problemele lui din dormitor şi aceste sentimente neasumate. Am vorbit despre anxietatea lui şi, în special, despre sentimentul care îl macină, şi anume că este un prefăcut — că afişează o senzaţie de siguranţă pe care, de fapt, nu o are. A recunoscut că nu i-a povestit nici lui Kristen şi nici tovarăşilor de afaceri că firma lui stă cam prost. „Nu vreau să creadă că sunt un ratat." Tristeţea şi depresia pe care le-a simţit când şi-a pierdut mama au jucat şi ele, fără îndoială, un rol important.

Şi sexualitatea bărbaţilor depinde de viaţa lor interioară, fiind mai mult decât o pornire biologică. în cazul acestora, sexul, genul şi identitatea sunt profund legate între ele. Dacă un bărbat este deprimat, nesigur, dacă are o părere proastă despre sine, dacă se simte ruşinat, vinovat sau singur, toate acestea au un efect direct asupra modului în care se simte din punct de vedere sexual. Dacă i se pare că nu e apreciat la serviciu; dacă se crede prea mic, prea scund, prea gras, prea sărac, toate acestea pot avea un impact direct asupra capacităţii sale erectile.

L-am lăsat pe Scott să cântărească o vreme aceste idei noi. Acum înţelege de ce şi-a pierdut interesul pentru Kristen, în special după moartea mamei şi în perioada dificilă prin care trecea firma. „Dar de ce eram interesat să fac sex cu oricine altcineva, însă nu cu iubita mea?“

Acesta este punctul în care bărbaţii şi femeile diferă. Bărbaţii sunt mult mai înclinaţi să îşi domolească agitaţia interioară îndreptându-se spre forme de sex mai puţin complicate, inclusiv plăceri solitare şi plăceri plătite. îmi imaginez că nivelul de disociere pe care îl aduc în problemele lor sexuale constituie o reacţie directă la toate aceste tensiuni emoţionale deranjante. Sugestia mea este următoarea: tocmai pentru că sexualitatea masculină este atât de relaţională, mulţi bărbaţi caută spaţii sexuale ce reprezintă exact opusul, locuri unde nu trebuie să se confrunte cu o serie întreagă de frici, anxietăţi şi insecurităţi care l-ar face chiar şi pe armăsarul cel mai puternic să şchioapete. Gradul de libertate şi de control pe care îl caută în întâlnirile anonime este adeseori direct proporţional cu profunzimea problemelor lor relaţionale.

Poate că nu e de mirare că, într-o lume în care bărbaţii primesc astfel de mesaje contradictorii despre cine sunt şi cine ar trebui să fie, atât de mulţi dintre ei preferă pornografia, sexul plătit sau aventurile anonime în locul intimităţii relaţionale. Nu cred că este întâmplător faptul că am observat o creştere a numărului de acte de infidelitate lipsite de sentimente în paralel cu o sporire a numărului de bărbaţi iipplicaţi emoţional. Distrându-se într-un club de striptease, închiriind o

prostituată, flirtând pe internet sau uitându-se la filme porno, bărbaţii pot lua o pauză de la mersul pe sârma subţire a masculinităţii moderne.

Un element special: o parte din atracţia sexului plătit constă în promisiunea că, cel puţin pentru cele şaizeci de minute achitate prostituatei, aceasta va alunga toate complexele de mai sus. Fata de pe ecran este irezistibilă pentru că el nu e niciodată obligat să o seducă, iar ea nu îl respinge niciodată. Şi nici nu îl face să se simtă neputincios, gemetele ei asigurându-1 că femeia se simte extraordinar. Pornografia excită cu promisiunea de moment că îi va apăra pe bărbaţi de vulnerabilităţile lor fundamentale.

Sunt multe de spus despre diferenţele dintre prostituate, cluburi de striptease, masaj corporal complet şi pornografie, dar, în cazul de faţă, toate aduc dividende emoţionale comune. Toate pun bărbatul în centrul atenţiei femeii, eliberându-1 de presiunea de a oferi performanţă şi pla-sându-1 în poziţia în care poate primi absolut orice.

După ce am ascultat poveştile multor bărbaţi, am ajuns să înţeleg următorul lucru: în lumina multiplelor tranzacţii emoţionale pe care le implică sexul conjugal, simpla ecuaţie „câţiva dolari pentru o partidă de sex anonimă" pare o afacere mai bună. Când preferă să plătească pentru a se juca sau când optează pentru o sesiune solo de pornografie, bărbatul cumpără simplitatea şi o identitate care pare lipsită de complicaţii. El cumpără dreptul de a fi egoist — o oră de libertate psihică, înainte de a sări în metroul care îl duce acasă. După cum am auzit de la mai mulţi bărbaţi, „nu plăteşti prostituata ca să vină, o plăteşti ca să plece".

Chiar şi aşa, oare putem să îl numim „doar sex“, când întreaga acţiune este în aşa fel clădită încât să evite anumite curse emoţionale, dar să împlinească nevoi emoţionale nerostite? Când un bărbat se simte singur sau neiubit; când este deprimat, stresat sau infirm; când este încolţit în intimitate sau când nu poate să se conecteze cu partenera sa, oare ceea ce cumpără el este sex, ori este amabilitate, căldură, prietenie, un mijloc de evadare, de control sau validare, toate oferite într-o tranzacţie sexuală?

Sexualitatea este limbajul confirmat prin care bărbaţii pot accesa o gamă de emoţii interzise. în mod tradiţional, la bărbaţi nu au fost încurajate tandreţea, blândeţea, vulnerabilitatea şi grija. Corpul a ajuns să fie locul în care s-au gândit ei să îşi satisfacă aceste nevoi, deghizate în limbaj sexual. Când spunem despre bărbaţi că tot ce vôr este sex, poate că nu ar trebui să luăm literal această afirmaţie. Sexul este intrarea în anticamera lor emoţională.

Mi se pare interesant faptul că pentru femei e valabil exact contrariul. Poate că nevoile lor sexuale nu au fost confirmate din punct de vedere cultural, dar necesităţile lor emoţionale sunt foarte bine cunoscute. Poate că la femei, vom descoperi, ascunse în căutarea iubirii, o mulţime de dorinţe fizice care pot fi justificate numai când sunt învelite în ambalaj emoţional. Ceea ce întoarce pe dos vechea vorbă potrivit căreia „bărbaţii folosesc iubirea pentru a obţine sex, în timp ce femeile folosesc sexul pentru a obţine iubire".

Atât bărbaţii, cât şi femeile ajung în cabinetul terapeutului când dorinţele lor nemărturisite îi duc în patul greşit. Dar dacă le luăm comportamentul aşa cum doar pare să fie şi dacă le punem vechile etichete — bărbaţii sunt infideli, obsedaţi sexual sau chiar mai rău; femeile sunt singure

şi însetate de iubire—, adevăratele lor motive şi dorinţe se vor afunda în hăuri şi mai adânci.

Sexul şi tipul sensibil

„A fost doar o masturbare, şi-a spus Jonah, deci, în realitate, nu am înşelat-o.“ Astfel şi-a justificat înclinaţia către „masajul senzual complet", cunoscut şi ca „masaj cu final fericit". Asemenea lui Scott, are treizeci şi ceva de ani, trăieşte cu femeia pe care o iubeşte şi îşi procură orgasmele cu un click sau cu un card de credit. Asemănarea se opreşte însă aici. în timp ce modelul lui Scott îl reprezintă machismul, Jonah este chintesenţa „bărbatului nou". Crescut de o mamă singură, a fost iniţiat în artele empatiei, în alfabetul emoţional, în obţinerea consimţământului şi a echităţii — ceea ce face şi mai interesant faptul că aceşti doi tineri au ajuns în situaţii dificile similare.

După câteva luni de vizite la maseuză, lui Jonah nu i-a mai fost suficient să stea întins pe masă. I-a propus să facă sex oral profesionistei lui favorite, Renée, care i-a răspuns cu bucurie. Jonah a continuat să se justifice. „Plăteam, deci nu era o aventură. Nu exista niciun risc de îndrăgostire. Eram liniştit că nu călcam pe lângă, aşadar îmi menţineam căsnicia."

Căsnicia în chestiune devenise parte din fenomenul din ce în ce mai răspândit al soţiilor cu o carieră promiţătoare şi al soţilor care stau acasă. Danielle şi Jonah, ambii având în jur de treizeci de ani, sunt împreună din primul an de facultate. Au doi copii mici şi locuiesc în regiunea

Raleigh-Durham din Carolina de Nord. Danielle a descoperit de curând dovada portofoliului erotic alternativ al soţului ei.

Escapadele sexuale ale lui Jonah sunt inspirate de o listă întreagă de motive care justifică neîncrederea în sine: „Eram un ciudat, nu mă vedeam ca fiind un tip foarte activ sexual, nu-mi puteam menţine mult timp erecţia. Avusesem puţine iubite înainte de Danielle." Se simţise foarte norocos că fusese ales de această fată drăguţă, extravertită, deşteaptă, dar era intimidat de armăsarii care îl precedaseră. „Ştiam că umblase cu tot felul de musculoşi, iar eu eram exact opusul", mi s-a confesat el.

Danielle mi-a mărturisit că îi plăcea latura lui sensibilă. Deşi a recunoscut că, uneori, îşi doreşte foarte tare un iubit mai hotărât, tânăra simte că a ales bărbatul perfect din toate celelalte puncte de vedere: iubitor, loial, disponibil emoţional şi —sincer vorbind—, prea nesigur pe el pentru a umbla după alte femei, aşa cum făcuse tatăl Daniellei. Sau cel puţin aşa credea ea.

Am examinat interfaţa emoţională a relaţiei lor. în timp ce, pentru restul lumii, se prezenta ca fiind o persoană care obţinea tot ce voia, Danielle tânjea să nu aibă nevoie să fie tot timpul „în priză". Cu Jonah, avea impresia că poate lăsa garda jos, că poate exprima tot ce simte, pozitiv sau negativ, că poate chiar să cedeze nervos, convinsă că el va fi acolo ca să strângă cioburile. Faptul că se baza pe el din punct de vedere emoţional îi permitea ei luxul vulnerabilităţii. Merita din plin sacrificiul nepotrivirii sexuale.

în ceea ce îl priveşte, Jonah se simţise confirmat ca bărbat de această femeie puternică, sexy, şi

spera că îl va scăpa de imaginea de ciudat pe care o avea despre sine. Şi ce surpriză când a descoperit, puţin câte puţin, că soţia lui dorea ca el să rămână aşa cum era! Fusese ales pentru un rol la care se pricepea foarte bine — să aibă grijă de nevoile unei femei, adică exact ce făcuse când îşi ajutase mama pe parcursul divorţului. Dar, în secret, el detesta hegemonia dorinţelor ei. Să fim clari, nici Danielle şi nici mama lui nu îi ceruseră vreodată un astfel de sacrificiu, însă asta fac mereu băieţii iubitori.

Ani la rând, Danielle şi Jonah şi-au dorit mai mult erotism, dar nu au reuşit decât să conlucreze la crearea unui vid. Danielle avea o mizăă mare în a-1 ţine pe Jonah în rolul de îngrijitor şi a presupune că nu e capabil să umble după alte femei. Desexualizându-1, îl făcea inofensiv. Iar problema lui Jonah nu era că nu îşi putea sexualiza soţia, ci că nu se putea sexualiza pe sine însuşi.

Când i-am rugat să îmi descrie erodarea pasiunii pe care au trăit-o, Jonah mi-a spus: „Pur şi simplu nu îmi plăcea!" Danielle călătorea mult în interes de serviciu, iar el a început să frecventeze lumea tot mai dezvoltată a pornografiei pe internet. Nu trebuia să plece din casă, dar tot era o călătorie. „Douăzeci de minute de căutare pentru treizeci de secunde de plăcere", a comentat Jonah. Acelaşi simţ al aventurii l-a condus, în cele din urmă, de la monitorul computerului la saloanele de masaj.

De ce ar prefera un tip ca Jonah să se masturbeze uitându-se la filme porno sau să i se facă un masaj cu final fericit, în loc să fie cu soţia pe care o iubeşte şi de care nu îşi putea dezlipi mâinile acum ceva vreme? Aşa cum am procedat cu Garth şi Scott, am căutat să analizez economia emoţională a aventurilor sale erotice şi, astfel, să îi înţeleg mai bine infidelitatea.

în viaţa lui erotică paralelă, Jonah a găsit scăparea din constrângerile tipului drăguţ, sensibil, domesticit. „Simţeam că nu mă dezvoltasem complet din punct de vedere sexual. Pentru prima oară, mă puteam exprima fără ruşine. Mă simţeam dorit, puternic, mai mult decât corespunzător — un bărbat adevărat. Nu eram doar un tip de treabă; puteam fi un fustangiu, un infidel, un mincinos, şi toate astea mă făceau să mă înfior de plăcere. Mă simţeam rău — dar într-un sens bun.“

Unde se afla soţia lui în toate astea? Şi Danielle fusese nesatisfacută sexual în căsnicie. Numai că, în timp ce soţul ei şi-a continuat deşteptarea sexuală în mediul condamnat social al salonului de masaj, ea a rămas acasă citind o carte aprobată social: Cincizeci de umbre ale lui Grey. Nu pun pe acelaşi plan moral cele două soluţii, dar, în lumea fanteziei, ele au ceva în comun, lucru pe care l-am subliniat şi în faţa cuplului. Ea citeşte despre tipul care încearcă să fie el însuşi în altă parte — tipul pe care ea nu îl vrea acasă.

Sunt vremuri dificile pentru cupluri. Erotismul nu este întotdeauna corect din punct de vedere politic. Marile daruri ale culturii occidentale contemporane — democraţia, construirea consensului, egalitarismul, loialitatea şi toleranţa reciprocă—pot duce, atunci când sunt luate prea ad litteram în dormitor, la o viaţă sexuală foarte plictisitoare. Reechilibrarea rolurilor de gen reprezintă unul dintre cele mai mari progrese ale societăţilor moderne. Aceasta ne-a îmbunătăţit incredibil de mult statutul drepturilor sexuale, dar, după cum scria Daphne Merkin în New York Times Magazine, „nicio lege referitoare la drepturile sexuale nu poate să se opună

peisajului lipsit de legi şi imposibil de domesticit al imaginaţiei erotice'.[80] Dorinţa sexuală

nu respectă întotdeauna regulile cetăţeanului desăvârşit. Asta nu înseamnă că trebuie să ne întoarcem în vremurile întunecate ale rolurilor împărţite pe genuri, ale privilegiului patriarhal şi ale sclaviei feminine. Este important să ne analizăm alegerile sexuale —atât cele aprobate, cât şi cele ilicite — în contextul culturii vremurilor noastre.

Un alt fel de final fericit

Aşadar, ce poate face o femeie când descoperă că soţul ei, care pare un tip absolut obişnuit, are un dulap plin de secrete? în unele cazuri, descoperirea faptului că partenerul are un sine sexual pe care nu l-ai cunoscut niciodată este imposibil de reconciliat cu restul realităţii personale. Pentru alţii, poate fi începutul creării unui nou spaţiu comun. Unii parteneri nu pot depăşi repulsia provocată de forma pe care a luat-o infidelitatea. Degetul lor arată direct către uşă. Am asistat însă şi la momente când revelarea unei fiinţe erotice necunoscute stârneşte curiozitatea. Jonah şi Danielle au fost destul de norocoşi, fiindcă au intrat în această a doua categorie. Infidelitatea lui a durut, dar i-a şi arătat că acel aspect exista în el — că latura masculină nu îi lipsea. Percepţia pe care o avea despre el, „un tip cu libido relativ scăzut", s-a schimbat. Viaţa intimă a cuplului a explodat. Şi, odată cu creşterea activităţii sexuale, a apărut ceva şi mai interesant: o creştere a onestităţii sexuale.

Onestitatea sexuală nu înseamnă doar să îţi relatezi detaliile infidelităţilor. Ea înseamnă şi să comunici cu partenerul intr-un mod deschis şi matur — să dezvălui aspecte esenţiale din tine prin sexualitate. Uneori, asta presupune să scoţi din dulap secrete ascunse o viaţă întreagă — pentru

ambii parteneri. în timp ce transparenţa emoţională este lăudată peste tot ca fiind cel mai important element din intimitatea modernă, eu una sunt uimită de precaritatea comunicării sexuale reale dintre parteneri. O parte din munca mea postinfidelitate implică şi coaching direct referitor la cum, unde şi când să vorbeşti despre sex.

Jonah mi-a urmat sfatul. în momentul în care Danielle i-a transmis că era gata să asculte, el i-a spus ce aflase despre sine ca bărbat în timpul explorărilor sexuale. S-au invitat reciproc în cartierele personale cu felinare roşii. „Lucruri despre care credeam că vor provoca dezastrul în relaţia noastră —de pildă, faptul că fantasmam că fac sex cu o persoană pe care o cunoaştem amândoi —au deschis o nouă dimensiune, mi-a mărturisit el. Pe măsură ce mă simţeam mai acceptat, mă simţeam şi mai atras de ea.

Din partea soţiei, o înţelegere mai profundă a cotloane-lor lumii erotice interioare a lui Jonah a ajutat la punerea infidelităţii lui într-o lumină diferită. Deşi nu a şters durerea, ceea ce era văzut cândva ca sfidare sexuală a devenit o poartă către dezvăluirea dorinţelor ascunse foarte multă vreme.

Pe măsură ce viaţa lor sexuală devenea tot mai activă, au început să experimenteze. S-au uitat la „filme porno etice . Au mers împreună la un club de striptease, iar Danielle a avut parte de un dans erotic. Ea i-a mărturisit că dintotdea-una o bântuiseră fantezii în care făcea sex cu altă femeie. „La un moment dat, am ajuns la ideea să încercăm împreună masajul senzual total, mi-a povestit Jonah. Voiam să trăiască şi ea ceea ce mă delecta pe mine atât de mult bucuria de a fi sută la sută în centrul atenţiei sexuale a cuiva şi

de a nu face nimic altceva decât să stai întins pe spate şi să primeşti plăcere."

Danielle a ales maseuza, iar Jonah s-a ocupat de pregătiri. în felul acesta, mi-a explicat el, „puteam în continuare să trăiesc emoţia organizării şi aşteptării unei sesiuni de masaj, fără să îmi risc căsnicia, familia". Ambii au conchis că experienţa a fost foarte excitantă. Ceea ce fusese cândva interzis şi dureros devenise acum „o aventură comună, împărtăşită".

Jonah se simte inclus în viaţa intimă a cuplului şi, prin urmare, este mai puţin înclinat să îşi rezolve nevoile sexuale în altă parte. Pentru acest cuplu, teoria provocatoare enunţată de Janis Abrahms Spring s-a dovedit a sta în picioare: „Este posibil ca, în cele din urmă, să descoperi că aveai nevoie de o explozie nucleară, precum o relaţie extraconjugală, pentru a-ţi arunca în aer construcţia anterioară şi a lăsa loc pentru o relaţie mai sănătoasă, mai conştientă şi mai matură."[81]

Să fie limpede, nu recomand infidelitatea ca soluţie pentru blocajele conjugale. Nici nu sugerez că o partidă de sex în trei este balsamul vindecător pentru orice inimă frântă. Nu aş fi putut niciodată să îmi imaginez calea inovatoare aleasă de Jonah şi Danielle pentru a-şi reinventa relaţia. Deşi alegerea lor, în mod sigur, nu este pentru toată lumea, ea vorbeşte despre mobilitatea şi creativitatea cuplurilor.

Când Danielle l-a întrebat dacă ar mai face asta, Jonah a recunoscut că îi lipseşte sentimentul de exclusivitate pe care îl simţea când era doar el în centrul atenţiei lui Renée. Şi, uneori, îi e dor de băiatul rău pe care abia îl descoperise, „îmi lipsesc toate acele părţi din mine stimulate anterior

de secrete, de pericol, de tulburare. Dar am decis că locul minunat în care am ajuns împreună cu Danielle este prea preţios ca să îl pun în pericol.[1]* în loc să o sperie, onestitatea lui a calmat-o. Acum îl înţelege mai bine, iar încrederea lor este întărită de încrederea de a-şi împărtăşi gândurile şi dorinţele cu sinceritate, fără ruşine. Sentimentul de acceptare consolidat pe care îl simt amândoi constituie unul dintre cele mai puternice elemente protectoare împotriva unor potenţiale trădări viitoare.

Dependenţa de sex: transformarea adulterului în boală

Fiecare dintre poveştile de infidelitate prezentate cuprinde o combinaţie complexă de factori personali, culturali şi fizici. Discutând aceste cazuri cu colegii mei, am auzit şi o explicaţie diferită: dependenţa de sex. Garth, Scott şi Jonah respectă, toţi, criteriile comune pentru această „maladie modernă — organizată în jurul noţiunii de exces şi lipsă de control.

Dependenţa de sex este un subiect fierbinte în cercurile psihoterapeuţilor şi nu intenţionez să mă implic în această dezbatere controversată. Totuşi, nu puteam încheia un capitol dedicat bărbaţilor care caută sex în mod compulsiv fără să ating tangenţial şi acest subiect.

Deşi nu există un diagnostic oficial pentru dependenţa de sex, mulţi cercetători şi medici se grăbesc să o definească împrumutând criterii din definiţiile clinice ale dependenţei de diferite substanţe. Rezultatul a fost apariţia unei întregi industrii, incluzând centre scumpe de reabilitare şi de tratament. Unii clinicieni văd în această etichetă dovada că

ceea ce era considerat cândva drept „aşa sunt bărbaţii" nu mai este normal sau acceptabil. Alţii subliniază lipsa de dovezi ştiinţifice şi socotesc diagnosticul „dependenţă de sex“ ca fiind o mască pentru prejudecăţile terapeuţilor referitoare la ce fel de sex este sau nu sănătos.

Oricum i-am spune, comportamentul sexual compulsiveste o problemă reală pentru multe persoane, având consecinţe extrem de dureroase atât pentru ele, cât şi pentru cei care le iubesc. Vieţi, reputaţii şi familii au fost distruse de acest fenomen. Pentru unii bărbaţi, a fi capabili să îşi califice comportamentul drept o boală este un pas înainte, care înlătură ruşinea suficient de mult, cât să le permită să caute ajutorul de care au nevoie. Dar, chiar şi dacă o numim boală, dependenţa de sex tot nu şi-a pierdut stigmatul. Am stat de vorbă cu mai multe mame care s-au chinuit să le explice copiilor: „îl părăsesc pe tatăl vostru pentru că este obsedat sexual", femei care nu ar fi perceput o suferinţă la fel de intensă în cazul în care soţul ar fi fost alcoolic. Altă doamnă a insistat că prefera eticheta medicală de dependent—şi nu obsedat— pentru soţul ei, deoarece asta înseamnă că suferea de o boală bona fide. Dar soţul în chestiune avea propria etichetă preferată: „nenorocit". Cel puţin aşa nu era doar un obsedat care îşi pierduse controlul'— deţinea o oarecare putere asupra comportamentului său.

Ca să fiu exactă, diagnosticul de dependenţă de sex este cea mai recentă abordare în acest vechi război cultural, întrebarea „ce înseamnă prea puţin şi ce înseamnă prea mult sex" —cât anume este normal sau aberant, natural sau nenatural —a preocupat şi polarizat dintotdeauna omenirea. Fiecare sistem religios şi cultural a reglementat abaterea şi abstinenţa, permisiunea şi prohibiţia. Normele sexuale şi patologiile sexuale nu au existat niciodată în exteriorul moralei vremurilor şi sunt inextricabil legate de economie, idealuri de gen şi structuri de putere. Ca să dăm un exemplu: când castitatea feminină era apreciată, femeile puteau fi diagnosticate ca nimfomane; în zilele noastre, apreciem afirmarea sexuală feminină şi investim milioane în a găsi un leac pentru noul blestem: „tulburarea de dorinţă hiposexuală“. Tot aşa, creşterea numărului de diagnosticări cu dependenţă de sex reprezintă o fascinantă temă de cercetare în domeniul construcţiei sociale a bolilor. Ea e expresia vie a temerii, vechi de când lumea, că prea mult sex, în special pentru bărbaţi, duce către o viaţă deviantă. (Este interesant de observat că femeile sunt rar diagnosticate cu dependenţă de sex — preferăm să le socotim dependente de iubire, o pantă nu mai puţin alunecoasă, aş zice eu, dar mai flatantă.)

Când punem etichete medicale unor comportamente de genul celor ale lui Garth, Scott şi Jonah trebuie să fim atenţi şi la capcana „evaluării premature", ca să folosesc cuvintele colegului meu Douglas Braun-Harvey. Dacă bărbaţii vor să îşi înţeleagă şi să îşi integreze propria sexualitate şi dacă partenerele (şi terapeuţii) lor doresc să reacţioneze constructiv la infidelitatea partenerilor, atunci trebuie să ţinem cont de gama mai largă a motivelor acestora de natură personală, familială, precum şi motivele care ţin de societate.

CAPITOLUL 12 Cea mai mare dintre trădări?

Adulterul, printre alte delicte conjugale

Lanţurile căsniciei sunt atât de grele, încât este nevoie de doi să le care, uneori chiar de trei.

Alexandre Dumas

„CEL PUŢIN NU M-AM DUS să mi-o trag cu altcineva", a trântit-o Dexter. Nu, nu s-a dus. Dar de ani în şir îşi agresează permanent soţia, Mona, tratând-o de sus şi ridiculizând-o pentru că se teme să zboare cu avionul. Ba chiar şi-a făcut un obicei din a lua copiii în călătorii care implică mai multe zboruri, lăsând-o pe Mona să îi urmeze cu mijloacele de transport de la sol. A fost mereu un tată bun şi un bărbat care a adus constant bani în casă, dar, tot constant, a avut grijă ca soţia lui să nu ştie nimic cu privire la situaţia lor financiară. Mona are întotdeauna o grămadă de bani în cont, a insistat el, însă tonul pe care a spus-o a lăsat să se înţeleagă că o crede o proastă. Nu e de mirare că ea s-a simţit singură şi inferioară — până când, după douăzeci şi doi de ani de trai cu acest dictator, l-a întâlnit pe Robert, un bărbat cu zece ani mai tânăr. în ultimele şase luni, Mona a descoperit ce înseamnă bunătatea şi a înţeles că, de fapt, şi ea are lucruri interesante de spus.

Şuvoiul de încredere a început să se scurgă la vale. Obişnuit cu o soţie fragilă, Dexter a observat o rezistenţă nemaiîntâlnită la criticile lui, fapt care l-a aruncat într-o stare insolită de nesiguranţă şi suspiciune. A instalat un GPS în maşina soţiei, şi restul este limpede. Şi mai supărat, a făcut din relaţia ei un nou motiv de indignare şi s-a simţit îndreptăţit să dubleze doza de insulte, care acum includ şi „curvă“, şi „nemernica[1].

Tendinţa actuală în America este clară: infidelitatea este cel mai rău lucru care se poate întâmpla într-o căsnicie. Trădarea încrederii pe care o produce acest fenomen poate depăşi severitatea violenţei domestice, a pierderii averii familiei la masa de joc, chiar a incestului. într-un sondaj Gallup din 2013, 91% dintre adulţii americani au răspuns că infidelitatea este „ceva greşit din punct de vedere moral". Oamenii au condamnat adulterul într-o măsură mult mai mare decât au făcut-o cu alte comportamente imorale enumerate în sondaj, incluzând aici poligamia (83%), donarea umană (83%), sinuciderea (77%) şi, foarte interesant, divorţul (24%). într-o analiză a sondajului, Eleanor Barkhorn, jurnalist la The Atlantic, observa: „Este greu să ne gândim la o altă practică relativ comună şi tehnic legală pe care să o dezaprobe un număr mai mare de persoane."[82] Totuşi, situaţii precum a Monei m-au făcut să pun sub semnul întrebării ipoteza că adulterul ar fi cea mai mare dintre trădări.

Experienţa din tranşeele terapiei de cuplu m-a învăţat să nu îi atribui superioritate morală unui tip ca Dexter doar pentru că nu a călcat strâmb. Modelul lui de fidelitate se află la limita răzbunării şi a co- dependenţei, iar anii în care s-a purtat extrem de urât cu soţia lui echivalează tot cu o trădare, cu majusculă. într-adevăr, prea mulţi parteneri al căror comportament este sub medie îl vor defăima cu mare elan pe cel care înşală şi se vor pretinde victime, ştiind că tendinţa culturală este în favoarea lor. Infidelitatea doare. Dar când îi oferim un statut special în ierarhia delictelor conjugale, riscăm să o lăsăm să eclipseze comportamentele negative care poate că au precedat-o sau chiar au provocat-o.

Trădarea există sub diferite forme, iar trădarea sexuală este doar una dintre acestea. întâlnesc regulat oameni pentru care fidelitatea sexuală se dovedeşte a fi cel mai uşor de respectat, chiar dacă ei îşi încalcă zilnic jurămintele în multe alte moduri. Victima adulterului nu este întotdeauna victima căsniciei.

De ce nu a plecat Mona pur şi simplu? S-a gândit la asta, ba chiar a şi exprimat ideea de mai multe ori. Dar Dexter a folosit-o numai ca pe o nouă sursă pentru a-şi sublinia dispreţul. „Şi unde să te duci? Cine ar vrea o femeie ca tine, inutilă, ştearsă, la cincizeci şi ceva de ani?“ Relaţia ei cu Robert alimenta puterea de care Mona avea nevoie pentru a şti măcar că există alternativă la cuşca în care trăia. Acum, când a înaintat actele de divorţ, tactica de intimidare a lui Dexter nu mai are nicio forţă asupra ei. Prietenul ei a ajutat-o să găsească un avocat abil, care va expune manevrele financiare ascunse în spatele aparentei mărinimii a soţului.

Introducerea în ecuaţia cuplului a unui al treilea care să distrugă o relaţie nesănătoasă poate fi un act de laşitate, dar poate fi şi un act de curaj. Uneori, avem nevoie de experienţa reală de a fi cu altă persoană pentru a gusta o viaţă mai bună şi a dobândi curajul de a lupta pentru

ea. Pentru oamenii care trăiesc în mlaştina tulburărilor emoţionale ale sadismului conjugal obişnuit — neglijare, indiferenţă, intimidare, dispreţ, respingere, desconsiderare—, infidelitatea poate fi o expresie a autoconservării şi a autodeterminării. într-o relaţie distructivă, fidelitatea este uneori mai aproape de slăbiciune decât de virtute. A fi blocat nu înseamnă acelaşi lucru cu a fi loial. Pentru cei care îndură abuzul fizic, schimbarea mâinilor care lovesc cu mâini care mângâie este un gest de îndrăzneală maximă. La nivel personal, ca şi la nivel politic, încălcarea regulilor se dovedeşte a fi uneori portiţa necesară către o nouă ordine socială.[83]

Ceea ce doresc să fac nu este să transfer vinovăţia, ci să subliniez dinamica variată a puterii şi a lipsei de putere care străbate relaţiile. „Cine pe cine a trădat primul? Iată o întrebare îndreptăţită, de care multă lume se teme.

Rodrigo nu a fost capabil să inventeze o scuză. Ştia că a rănit-o pe Alessandra când şi-a prelungit călătoria de afaceri pentru nişte afaceri... personale. Dar, de fiecare dată când începea să spună: „îmi pare rău, se gândea la anii de dezinteres agresiv din partea soţiei şi în el se năştea un sentiment de justificare. „Oare cine ar trebui să îşi ceară scuze aici?“, s-a întrebat el.

Julie mi-a scris că soţul ei i-a fost „infidel emoţional timp de douăzeci de ani“. însă ea nu vorbea despre o altă femeie. „Nu a fost disponibil pentru vacanţe, cine, concerte şi-a pus întotdeauna munca pe primul loc. Sora mea spune că e bine, că măcar nu m-a înşelat, dar serviciul lui era mai solicitant decât orice amantă. Acum am întâlnit un bărbat care are mult timp liber pentru mine. Eu sunt cea infidelă?"

Intimitatea modificată îmbracă multe forme. „Prima relaţie a lui Russ a fost cu metamfetamina, mi-a povestit Connor. L-am rugat ani în şir să nu o mai consume şi să meargă la tratament, dar în mod evident starea pe care i-o dădeau drogurile era mai plăcută decât compania mea. Iar acum s-a supărat că am găsit un tip care chiar este interesat de mine.“

De ce o formă de atenţie îndreptată în altă parte e socotită o încălcare clară a încrederii, în timp ce o altă formă este lăudată? La prima vedere, fiecare dintre aceşti căutători voia sex, dar, în realitate, dorea şi profunzime emoţională, apreciere, priviri languroase — toate celelalte forme de penetrare care nu implică un act sexual. Poate fi numită intimitate sau legătură umană — oricum, este ceea ce ne face să simţim că suntem importanţi în cadrul cuplului.

Dacă prima întrebare pe care o provoacă de obicei un astfel de scenariu sună la modul: „Şi de ce nu a plecat?", următoarea întrebare previzibilă este: „A încercat să vorbească despre asta?“ în era comunicării democratice în cuplu, credem în terapia prin vorbire. Ca să fim siguri, nu există nimic mai potrivit decât o discuţie de la suflet la suflet pentru a ne face auziţi. Când însă lamentările noastre ajung la urechi surde, singurătatea este mai rea decât orice. Este mai puţin dureros să mâncăm intr-un colţ retras decât să stăm la masă cu o persoană care nu ne vede.

Mulţi parteneri descurajaţi au încercat toate variantele de discuţii. Au început prin a fi blânzi şi atenţi la celălalt; au terminat furioşi şi înfrânţi. Când, în cele din urmă, nu mai cerşesc şi îşi duc în altă parte dorinţele inimilor chinuite, partenerii lor indiferenţi încep să îşi dea seama ce se întâmplă. Oare puteau proceda şi în alt fel? Sigur că da. Dar sistemul de alarmă al adulterului poate zgudui un cuplu împietrit cum nimic altceva nu o poate face.

Răzvrătirea celui respins

Când sunt înşelaţi, oamenii se simt lipsiţi de importanţă — dar şi faptul că se simt lipsiţi de importanţă ani la rând îi poate împinge pe unii la adulter. Când copiii sunt mici şi neajutoraţi, iar tatăl lor este iar la barul din colţ, uitându-se la meci cu prietenii lui, aprecierea extraconjugală poate fi un fel de tonic. Când căsnicia ta a devenit „Home Management SRL“ şi vorbeşti în cuplu numai despre chestiuni logistice, poezia unui adulter este un lifting spiritual, care te scoate din amorţeala prozaică a fiecărei zile. Când partenerul tău dispare mereu în vizuina lui, la şase seara, cu tot cu muşchii din dotare, ai o grămadă de timp ca să intri pe internet şi să cauţi un tip cu alt fel de muşchi. Când ai obosit să te cerţi pentru orice prostie, un coleg care îţi apreciază simţul umorului îţi aminteşte că, la un moment dat, erai mai mult decât o bestie. Lista de resentimente, microagresiuni şi respingeri care ne alimentează nevoia de a căuta adăpost în altă parte e lungă şi variată. Tristeţea conjugală strigă după libertate. Şi niciodată mai tare decât atunci când căsnicia în cauză este lipsită de intimitate fizică.

Poate părea evident că, atunci când ne transferăm în secret dorinţele în afara patului conjugal, ne încălcăm angajamentele. Dar oare cum analizăm acele situaţii în care şi patul conjugal are o pancartă pe care scrie „Intrarea interzisa[1]? Nu mă refer la scăderea generală a frecvenţei actului sexual, până la o dată pe săptămână sau chiar o dată pe lună. Este firesc ca, în cursul relaţiei, să apară o scădere a dorinţei, iar diferenţele de libido sunt ceva previzibil şi „negociabil". Mă refer la partenerii care nu mai reacţionează de câţiva ani sau chiar zeci de ani la avansurile sexuale ale perechii lor, chiar când rămân afectuoşi şi apropiaţi. Nimeni nu doreşte revenirea la violul conjugal sau la sexul ca datorie, dar trebuie să recunoaştem că, atunci când un partener decide în mod unilateral că va exista sex foarte puţin (sau deloc), aceasta nu este monogamie, ci celibat impus.

Ce facem cu pierderea erotismului? Poate să pară reduc -ţionist să ne concentrăm pe problemele intime, însă eu am ajuns să respect puterea privării de sex. Cultura noastră tinde să minimalizeze importanţa sexului în bunăstarea unui cuplu. Acesta este văzut ca opţional. Relaţia de cuplu bazată pe amiciţie are multe merite şi numeroşi oameni au legături trainice, pline de afecţiune, fără să sufere agonii sexuale. Dar când sexul lipseşte şi absenţa lui este percepută ca fiind o dramă, deci când nu vorbim despre înţelegere reciprocă, situaţia poate provoca o rană de

nevindecat într-o relaţie care, altfel, e satisfăcătoare. Iar când nu am fost mângâiaţi de ani în şir, devenim mai vulnerabili la amabilitatea străinilor.

Marlene mi-a spus că, pentru ea, un adulter ar fi fost mai uşor de suportat decât faptul că soţul ei îi respingea complet avansurile sexuale. „Nici măcar nu mă puteam consola cu gândul că ar fi tânjit după altcineva. Nu exista o a treia parte implicată, pe care să dau toată vina."

Am primit nenumărate scrisori de la îndrăgostiţi înfometaţi de pe tot globul, care se simt disperaţi, furioşi, trişti, învinşi, nesiguri pe ei, singuri, nevăzuţi şi neatinşi. Şi, contrar stereotipurilor, nu toţi sunt bărbaţi. Nu doar femeile se prefac că le doare capul.

Isabelle poate număra pe degetele de la o mână de câte ori a făcut sex cu Paul în timpul celor zece ani de căsnicie, şi tot îi vor mai rămâne degete. „La câteva săptămâni după ce ne-am căsătorit, şi-a pierdut interesul, mi-a povestit ea. Am trecut în revistă toate scenariile posibile: mă înşală, e gay, a fost unul dintre puştii ăia abuzaţi de vreun preot?“ A încercat să vorbească despre asta, să meargă la consiliere, să iniţieze partide de amor în cel mai excitant mod posibil, dar fără succes. Indiferenţa lui Paul îi produce o stare de confuzie. El şi-a făcut analize pentru nivelul de testosteron (normal) şi a încercat Viagra (succes fizic, dar dezgust psihic). Isabelle mi-a spus că a rămas cu el pentru că este un bărbat bun, iar ea consideră ca fiind foarte serios angajamentul căsniciei. De curând, însă, a întâlnit un bărbat, la biserică. „încă nu s-a întâmplat nimic, dar sunt pe marginea unei prăpăstii", mi s-a confesat Isabelle.

Brad pare a fi la mila stărilor lui Pam: „Nu mă simt sexy." „în fiecare seară, iPad-ul ei tronează între noi, ca un scut împotriva sexului. I-am cumpărat lenjerie şi am rugat-o să o poarte pentru mine, dar, o lună mai târziu, pachetul zace încă pe scaun, nedesfacut. Vrea doar poziţia 99, adică «mă mângâi puţin, după care ne culcăm». Eu nu pot accepta o relaţie în care sunt atât de frustrat sexual, dar Pam îmi spune că nu are ce să facă! Simte că nu e ceea ce îmi trebuie, deşi îi repet în fiecare zi că exact pe ea o vreau."

„După ce prezervativul s-a rupt şi Louise a rămas însărcinată a patra oară, i-am cerut să facă avort, însă ea a refuzat, mi-a povestit Christophe. Sunt un bărbat responsabil, deci am ştiut că trebuia să rămân să am grijă de ea şi de copii. Dar, în dorinţa ei de a fi mama pe care nu a avut-o niciodată, a uitat complet că era şi soţie. A alăptat, în total, timp de şapte ani. Adică o grămadă de oxitocină! Eram complet scos din peisaj. Nu tu afecţiune, nu tu sărutări, nu tu sex. Am început prima relaţie extraconjugală când a doua noastră fiică avea optsprezece luni. Cu sau fără «reprezentaţii paralele», viaţa noastră sexuală nu mai există de ani buni. Mi se pare cumplit ce susţine Louise, mai exact că infidelitatea mea ne-a ucis căsnicia/[1]

Tot ce îşi dorea Samantha era un partener lângă care să îmbătrânească. „Nu mi-am imaginat că voi sta intr-un balansoar lângă soţul meu şi voi asculta poveşti despre vinovăţia produsă de adulter." Dar, după zece ani în care a fost o soţie fidelă, căsnicia ei s-a deteriorat. „M-am schimbat. El a decis să doarmă în altă cameră — pentru că sforăia, avea insomnii, îl durea spatele. L-am implorat să vină înapoi, însă mi-a spus că multe cupluri căsătorite dorm în paturi separate. Viaţa noastră sexuală s-a redus la partide rapide, de cinci minute, care pentru mine erau complet nesatisfacătoare. Mă ocupam singură de toate: bani, casă, copii. într-adevăr, el venea în

fiecare seară acasă, dar era absent."

Pe Craigslist, Samantha l-a întâlnit pe Ken, şi el căsătorit şi frustrat. Apoi l-a întâlnit pe Richard, pe Ashley Madison: aceeaşi poveste. „Deci asta sunt acum. O femeie măritată având un prieten căsătorit, din împrejurimi, cu care face sex, plus alt iubit căsătorit, în alt oraş." Uneori se miră de ea însăşi; alteori se simte vinovată. Dar nu vrea să se oprească. „Nu mă pot întoarce la moarte."

Comentatorii căsniciilor lipsite de viaţă intimă au stabilit că mai puţin de zece contacte sexuale pe an înseamnă niciun contact sexual. Cine ştie de unde au scos numărul ăsta? Se pare că între cincisprezece şi douăzeci la sută dintre cupluri aparţin acestei categorii. Aşadar, dacă faci sex de unsprezece ori pe an, consideră-te fericit(ă)! Dacă vrei să vezi soarta de care ai scăpat la limită, uită-te pe forumul Deadbedrooms de pe Reddit (cu zeci de mii de membri). Faimosul statistician Seth Stephens-Davidowitz a relatat pentru The New York Times că, pe Google, căutările pentru „căsnicie fără sex“ sunt mai multe decât pe orice altă temă legată de viaţa conjugală.[84]

în mod clar, multe persoane deplâng moartea erosului. Şi chiar şi mai multe, care îndeplinesc condiţiile de frecvenţă sexuală, nu sunt satisfăcute. Lamentările acestora ajung zilnic în căsuţa mea de e-mail.

„Partenerul este interesat de corpul meu doar pentru a-1 penetra. La preludiu se poartă de parcă ar testa un automobil. De-abia urcă în pat, că îşi bagă genunchiul între picioarele mele şi verifică dacă sunt umedă. Am încercat de nenumărate ori să vorbesc cu el, cu blândeţe şi adu-cându-i laude, cu privire la ce îmi place şi la ce mă excită. Rezultatul: îmi spune că nu s-a plâns nimeni până acum. După ani în şir în care am auzit aceeaşi placă, cred că teama mea de singurătate a devenit mai puternică decât stima de sine,"

Willa continua să facă amor cu Brian, însă nu prea simţea nici satisfacţie, nici conectare. „Era ceva ce trebuia să fac, ceva mai puţin plăcut decât restul sarcinilor casnice. Apoi, într-o zi, mi-a trecut prin cap că poate nu detestam sexul în sine, ci detestam sexul cu soţul meu. Am ieşit în afara căsniciei pentru a-mi testa teoria. Şi, după cum îţi poţi imagina, avusesem dreptate."

„Mi-ar plăcea să mă joc, să o iau încetişor, dar ea îmi apucă penisul şi şi-l bagă în vagin. Mă face să ejaculez, ca să termine cât mai rapid cu povestea asta“, mi-a mărturisit Gene. Ce măsuri ar trebui să ia aceşti parteneri nesatisfacuţi?

Petrec multe ore încercând să reaprind pasiunea în cupluri care şi-au pierdut scânteia. începem prin a analiza cauzele mai frecvente care pot produce blocajul sexual: violenţa parentală, abuzul sexual în copilărie, rasismul, sărăcia, boala, moartea, şomajul etc. Acest gen de probleme îi fac pe oameni să simtă că trăiesc într-o lume în care încrederea şi plăcerea sunt prea periculoase. Le cercetăm împreună modelele erotice şi modul în care trecutul lor emoţional se reflectă în relaţiile intime. „Spune-mi cum ai fost iubit şi o să-ţi spun cum iubeşti" este una dintre fra-zele-cheie. Descoperirea acestor aspecte ajută la relaxarea impasurilor sexuale.

Intervin în blocajele relaţionale ale cuplurilor, ajutându-i pe cei doi parteneri să depăşească suferinţele acumulate. îi învăţ cum să transforme criticile în cerinţe şi frustrările în feedback, cum să fie deschişi unul cu celălalt. Când aceste noduri sunt desfăcute, cuplurile pot învăţa să îşi

folosească imaginaţia pentru a cultiva plăcerea. Le încurajez să nu mai ia sexul atât de în serios şi să recurgă la ludic, stârnind aşteptare şi mister în dormitor şi în afara lui. în plus, am o listă de sugestii menire a-i ajuta pe oameni să se reconecteze cu sacralitatea, senzorialitatea şi senzualitatea intimităţii. Acestea implică mult mai mult decât statul de vorbă. Colaborez cu educatori sexuali, terapeuţi specializaţi în traumă, practicieni tantrici, sexologi, profesori de dans, consultanţi de modă, specialişti în acupunc-tură, nutriţionişti — oricine consider că poate fi de ajutor. Sexualitatea se intersectează cu toate aceste domenii.

Unii parteneri reuşesc să schimbe sensul lucrurilor. Dar alţii, în ciuda marilor eforturi pe care le fac, nu sunt capabili să reaprindă fiorul erotismului. Oare aceste cupluri sunt sortite să accepte că nu pot avea totul — că uneori acesta este preţul plătit pentru a-ţi păstra căsnicia? Sau sexul reprezintă o parte atât de importantă din viaţă, încât absenţa lui duce la dezmembrarea unei familii iubitoare?

Cât de bună poate fi o relaţie din care a dispărut intimitatea? Şi nu vorbesc doar despre actul sexual în sine: preludiu, penetrare, orgasm, apoi somn. Mă refer la energia senzuală, erotică, ce diferenţiază o relaţie romantică adultă de relaţia dintre fraţi sau prieteni foarte buni. O căsnicie fără sex ne împinge inevitabil către infidelitate?

Atâta vreme cât ambii parteneri sunt împăcaţi cu situaţia, iubirea poate înflori, iar stabilitatea poate creşte de la o zi la alta. Dar când o persoană e covârşită de dorinţe neîmplinite, ce acoperă mai multe etape din viaţă, ea devine un fel de tufă uscată care are nevoie doar de o scânteie pentru a lua foc. Prinse în dubla obligaţie a fidelităţii sexuale şi a abstinenţei sexuale, aceste persoane nu trebuie să fie surprinse când dorinţa erotică reuşeşte să se elibereze.

Pentru Matt, se pare că situaţia a stat dintotdeauna la fel, deşi nu poate spune exact când a dispărut sexul din viaţa de cuplu. El şi Mercedes, căsătoriţi de zece ani, s-au întâlnit când tocmai împliniseră treizeci de ani şi şi-au unit destinele imediat. La început, făceau sex pentru că se simţeau bine. Apoi, au făcut sex ca să aibă copii: Sasha, acum de şapte ani, şi Finn, de patru ani. După care nu au mai făcut sex din cauza copiilor. Ulterior, au făcut sex în grabă, pentru că „puţin era oricum mai bine decât deloc“. Şi pe urmă nu au mai făcut sex deloc. Când i-am întâlnit, băieţelul dormea cu mama lui în patul matrimonial, iar Matt se chinuia pe canapeaua din biroul lui. Mercedes voia intimitate cu soţul, dar nu îi lipsea chiar atât de mult. De fapt, nu fusese niciodată interesată de sex în mod special. Iar acum avea alte priorităţi.

Era evident că familia se organizase în jurul dorinţei lui şi al refuzului ei. La început, el o curtase plin de pasiune, iar ea reacţionase. îi primise avansurile cu plăcere. Puţin câte puţin însă, interesul soţiei pentru sex a fost înlocuit de rezistenţă, iar dorinţa soţului s-a transformat în nevoie, ceea ce nu a făcut decât să o îndepărteze. Cu cât Matt cerşea mai mult, cu atât Mercedes devenea mai impasibilă. Şi cu cât ea era mai închisă, cu atât el devenea mai insistent. într-o dinamică clasică de tipul „eu te urmăresc — tu fugi de mine“, fiecare dintre parteneri potenţează la celălalt exact comportamentul pe care îl detestă.

Luni, Matt şi-a exprimat clar dorinţele. Miercuri, de-abia le mai menţionează, nedorind să o împovăreze sau să îi activeze sentimentul de nepotrivire sexuală. Vineri, o atinge atât de uşor, încât, dacă nu reacţionează, el poate afirma că nu i-a cerut nimic niciodată.

Uneori, Mercedes se autoanalizèazà: „Care e problema cu mine? Matt are erecţie imediat, iar eu abia mă chinui să simt ceva.“ Erau zile când soţul o încuraja. „Uite, îi spunea el, a fost aşa de frumos ultima dată! O să înceapă să-ţi placă.“ Din nefericire, aceste încercări bine intenţionate s-au întors împotriva lui. „Nu mă trata ca pe o puştoaică — nu e sexy!“ După care Matt făcea apel la compasiune: „îmi pare rău că te simţi aşa. Mi-aş dori să fie mai simplu pentru tine." Ea îi mulţumea pentru înţelegere, îl săruta delicat, apoi se întorcea cu spatele şi stingea veioza.

Bosumflat, el se retrăgea în cealaltă cameră, ca să se defu-leze la computer.

în mod inevitabil, exasperarea lui creştea. De ce se întâmpla totul după cum voia Mercedes? Nu ştia că îl chinuieşte? Suferind şi pierzându-se mereu în gânduri, el a încercat să îşi controleze furia, dar, după încă un an şi încă un an, a explodat. „M-am plictisit de porcăriile tale! Este incorect şi egoist!" Ştia că, după aceste afirmaţii, ea nu va mai face sex cu el, însă oricum nu făcea sex, aşadar, ce mai conta? Cel puţin se elibera. Dacă Mercedes se simţise vreodată vinovată că îl obligase la abstinenţă, acum măcar era îndreptăţită să o facă. „Cum îndrăzneşti?!, a ripostat ea. Ori vrei să mă exciţi cu vorbele astea?"

Coregrafia complexă a refuzului sexual era întreruptă de două ori pe an, în ziua aniversării cununiei lor şi de ziua lui de naştere. „Dar pur şi simplu stătea întinsă şi îmi făcea o favoare", mi-a povestit el „Sex din milă" era ultimul lucru pe care îl dorea Matt.

Mercedes nu părea tulburată de situaţia dificilă prin care treceau. Ştia ce ar spune femeile din familia ei mexicană: „Eşti soţia lui, rolul tău e să îi satisfaci nevoile." în schimb, a mers să stea de vorbă cu prietenele ei americance, iar sfaturile pe care le-a primit i-au plăcut mai mult: „Nu ar trebui să faci sex dacă nu vrei." „Este egoist din partea lui să te facă să te simţi vinovată cu privire la ceva ce nu poţi schimba." „Şi ar fi bine să nu primească plăcere nici din altă parte!"

Temându-se că exact asta urma să facă soţul ei, Mercedes a propus de mai multe ori să meargă la împreună la terapie. Au eliminat din discuţie traumele din trecut, durerea cronică, problemele de încredere şi alte explicaţii posibile. Atât că Mercedes aprecia sexul doar în scopul procreării; dincolo de asta, nu îi vedea rostul. Era o femeie senzuală, care iubea multe lucruri, în special dansul, dar nu îşi dezvoltase niciodată gustul pentru amorul fizic şi nici nu înţelegea de ce ar fi trebuit. „El e vegetarian, iar eu accept faptul că nu îi place să mănânce carne. Care e diferenţa?"

Ani la rând, Matt „a trăit cu asta". Şi-a redus aşteptările, satisfacându-se singur, participând la triatlon, cufun-dându-se în muncă. însă toate aceste măsuri nu reuşeau să umple golful singurătăţii sale ori să contracareze sentimentele insidioase de castrare produse de atâţia ani de respingere sexuală. Apoi a întâlnit-o pe Maggie, o sportivă matură, plină de viaţă, căsătorită de aproape zece ani cu un bărbat ale cărui mâini mângâiau doar telecomanda. Dorinţa ei pereche i-a reaprins speranţa şi vitalitatea.

Matt nu plănuise să îşi înşele soţia, dar nu mai putea suporta epuizarea erotică. Acum se bucură de pasiune, de orele de preludiu, de sentimentul de atemporalitate. M-a asigurat că relaţia lui cu Maggie nu i-a scăzut angajamentul şi loialitatea faţă de Mercedes. După paisprezece luni

în paradisul pasiunii, cei doi amanţi sunt fericiţi că au găsit o metodă de a scăpa din încarcerarea sexuală fără a trebui să îşi distrugă familiile. Nu este o situaţie neobişnuită.

Când adulterul conservă căsnicia

Oricât ar părea de încâlcită, poveştii lui Matt şi Maggie nu-i lipseşte logica. Mulţi oameni au relaţii extraconjugale nu pentru a scăpa din căsnicie, ci pentru a rămâne în ea. „Mai sunt trei ani până când copiii vor pleca, mi-a mărturisit pacienta mea Gina. Asta mă face să stau acasă cu zâmbetul pe chip. Nu va fi un divorţ amiabil —el e prea mândru şi prea posesiv. Vreau să plece copiii înainte de a începe demersul legal." La o conferinţă recentă din California, o altă femeie mi-a spus că realitatea îi obligă, pe ea şi pe soţul ei, să stea împreună — au un copil cu handicap, care are nevoie de ambii părinţi şi de ambele venituri. Sunt prieteni buni, dar nimic mai mult. De două ori pe săptămână, ea se duce la „dans". „El nu-mi pune niciodată întrebări, şi asta mă face să rămân sănătoasă la cap."

Ultima oară când Daphne l-a prins pe Martin mastur-bându-se la un film porno, i-a aruncat o lungă listă de epitete degradante. Asta nu l-a făcut să se oprească; pur şi simplu l-a făcut să se ascundă mai bine. Şi, cum nu mai dormeau de doi ani în acelaşi pat, nici nu a fost greu. însă trebuie să aştepte până când pleacă ea din oraş pentru a se duce la fetele din Koreatown. Le numeşte „mijloace vizuale". Ştie că Daphne nu ar fi de acord, dar se gândeşte aşa: „Ce ar prefera? Să fantasmez gândindu-mă la secretara de douăzeci şi unu de ani care stă aplecată peste biroul meu? Dansatoarele îşi fac meseria. Cu secretara aş ajunge la un adevărat proces de seducere. Pentru Daphne nu e nicio diferenţă. Cred însă că ceea ce fac ne protejează căsnicia. Ce se aşteaptă? Să mă descurc fără?"

în vreme ce Martin este extrem de pragmatic cu privire la aventurile sale extraconjugale, Rachel Gray înveşmântează totul în poezie. Este căsătorită de douăzeci şi trei de ani cu un bărbat care nu prea o satisface, dar cu care împărtăşeşte multe valori, prieteni şi interese; mi-a trimis o poezie compusă de ea, încercând să explice de ce a avut multe aventuri.

Pe vremea când de noi ne-am îndoit Dacă focul lui s-a domolit,

Al meu a ars necontenit.

Haide, cu mine dansează! Oricum mă excită,

Dacă-s luată de-a gata şi folosită.

Strânge-mă tare în braţe, dă-mi ce-mi lipseşte,

Fără sărutări, dragostea-i mecanică, fireşte,

Iar tu ai motivele tale să vrei asta.

Hai să vorbim. Sună-mă la telefon şi basta,

Poate-ţi întorc spatele, dar nu voi pleca.

Inima-mi spune „da“, iar mintea, „ba“.

O îmbrăţişare blândă mă va face să revin.

Pentru alt dans. E ăsta un păcat, ori chin?

Nici Matt nu crede că este un păcat. Se simte sfâşiat gân-dindu-se la ce ar simţi Mercedes dacă ar afla, dar nu e pregătit să încheie nici aventura şi nici căsnicia. Acum, că a găsit ceea ce îi lipsea, nu mai simte nevoia să aleagă. Relaţia lui extraconjugală este un element stabilizator, o metodă de a elimina presiunea din relaţia de bază, nu de a o distruge. A treia entitate funcţionează asemenea unui pivot, care ajută la menţinerea cuplului în echilibru. îi permite să evite pactul faustic: să îşi piardă familia, sau să se piardă pe sine. După cum a arătat analistul Irwin Hirsch, „uneori, infidelitatea oferă o distanţă emoţională care face ca iubirea, sexul şi relaţiile de familie imperfecte să reziste, şi să dureze în timp“.[85]

Psihologii Janet Reibstein şi Martin Richards au descris această „viziune segmentată" drept „o reacţie de înţeles la adevărata experienţă a căsniciei". Ei au argumentat că aşteptările noastre moderne, exagerate, de la viaţa de cuplu duc la o situaţie inevitabilă: „O mare parte dintre oamenii căsătoriţi vor simţi că, într-un fel sau altul, căsnicia i-a dezamăgit."[86] Când unele părţi din căsnicie funcţionează foarte bine, iar altele nu, o soluţie este să externalizezi porţiunea avariată. Şi, adeseori, asta se referă la sex, lucru care uşurează sarcina partenerului de a ne îndeplini celelalte nevoi.

Acest tip de aranjament este des întâlnit în cazul în care un partener are o preferinţă sexuală sau un fetiş pe care celălalt nu îl împărtăşeşte ori chiar îl găseşte respingător, precum şi atunci când diferenţa de vârstă depăşeşte zece ani. De asemenea, este mai frecvent când unul dintre parteneri are un handicap sau suferă de o boală cronică. Nedorind să plece, dar nedorind nici să se lipsească de segmentul respectiv, cel nesatisfacut îşi rezolvă problema, discret, în altă parte.

Sonny cunoaşte prea bine această strategie. „O să fiu direct: îmi iubesc soţia, este extrem de frumoasă, dar nu am simţit niciodată nevoia sălbatică să întreţin relaţii intime cu ea, mi-a dezvăluit bărbatul. Facem sex decent, normal, însă nu vrea să încerce nimic mai pervers, ba chiar râde la ideea de dominare. Am încercat să accept asta, dar mi-am dat seama că îmi plac tehnicile BDSM, că ele fac parte din ceea ce sunt." Deci Sonny şi-a dus în altă parte şinele sălbatic — pe site-uri de genul „sugar daddy" şi la acea „sugar babe" care îi acceptă fanteziile primare dezlănţuite. Nu îşi planificase această scindare a identităţii — tată devotat în familie şi temnicer cu tânăra amantă. Dar s-a resemnat la gândul că este cea mai bună soluţie.

De obicei, astfel de aranjamente nu sunt formulate verbal, în special în cuplurile heterosexuale. în general, oamenii fac înţelegeri secrete cu ei înşişi, în loc să opteze pentru o discuţie deschisă cu partenerii de căsnicie. Heterosexualii ar putea învăţa multe de la cuplurile gay şi de la comunitatea poliamoroasă, pentru care un punct mort sexual nu conduce inevitabil la un punct mort conversaţional. Multe dintre cuplurile gay cu care lucrez şi-au negociat monogamia sau lipsa acesteia, în special dacă s-a ajuns la o abstinenţă de facto. Nonmonogamia

consensuală înseamnă că ambii parteneri au un cuvânt de spus în decizia de a-şi duce în altă parte dorinţele neîmplinite. Prin contrast, infidelitatea este o hotărâre unilaterală, în care o persoană negociază în secret cea mai bună soluţie pentru sine. Aceşti oameni îşi pot imagina că reprezintă varianta optimă pentru toţi cei implicaţi — conservarea căsniciei şi rezolvarea blocajului sexual —, şi totuşi avem de-a face cu o exercitare a puterii asupra partenerului care nu bănuieşte nimic. Desigur, după cum m-a contrazis un bărbat, „Când ea spune «nu» în fiecare seară, eu ce cuvânt mai am de spus? Cine ia decizii unilaterale în acest caz?“

Are dreptate. Prin urmare, când cei care refuză să facă sex îmi spun cât de tare îi deranjează faptul că partenerul are o relaţie extraconjugală, obişnuiesc să le redirecţionez atenţia de la ceea ce a făcut partenerul către ceea ce nu au făcut ei. E uşor să îl etichetezi ca trădător pe omul care îşi satisface în altă parte dorinţele zădărnicite acasă. E mai greu să te uiţi la modul în care partenerul dezinteresat a colaborat fără să vrea. O conversaţie onestă trebuie să includă toate faţetele poveştii.

Divorţ — sau altă soluţie?

> >

Relaţia lui Matt cu Maggie şi-a atins scopul atâta vreme cât a fost secretă, dar când Mercedes a descoperit-o, regulile s-au schimbat. în cadrul terapiei, începem prin a ne concentra asupra daunelor produse de dezvăluire. Niciunul dintre parteneri nu vrea să divorţeze, astfel că purcedem la un dialog despre angajament şi încredere, care duce definiţia loialităţii şi fidelităţii dincolo de cadrul îngust al exclusivităţii sexuale.

Acest cuplu ilustrează perfect un model anume. Cei doi au un trecut bogat, care include şi episoade fericite, şi episoade triste. De exemplu, îşi amintesc emoţionaţi primul lor apartament, în care aveau un singur dormitor, şi cum au transformat debaraua în cameră pentru copil. Sunt mândri că au muncit mult şi au reuşit să se mute, cu chirie, într-o căsuţă cu o curte luminoasă. S-au sprijinit reciproc în cariere, au împărţit patul, sarcinile casnice şi creşterea copiilor, astfel încât să avanseze pe plan profesional. Moartea a trei părinţi, două naşteri, o sarcină pierdută şi un cancer au trecut peste ei, dar au rămas de neclintit. Speranţele şi visurile li se împleteau: o cabană de vacanţă în pădure, o călătorie în Africa, un căţeluş cu care să se joace copiii. Chiar şi acum se bucură zilnic de cafeaua fierbinte băută grădină. Se iubesc în toate aceste moduri. Doar că nu mai fac sex.

Oare cuplurile de acest gen trebuie să aleagă între distrugerea întregului edificiu al căsătoriei şi renunţarea pentru totdeauna la sex? în cultura noastră de tipul „căsnicia rezolvă tot“, divorţul sau acceptarea situaţiei par să fie singurele opţiuni legitime — ceea ce face să nu fim surprinşi dacă mulţi aleg varianta nespusă, dar din ce în ce mai populară, a infidelităţii. „înainte să ne gândim la revizuirea acelor reguli ale căsniciei care nu mai funcţionează, le vom încălca"[87], a observat Pamela Haag.

Căsnicia are nevoie de noi opţiuni. Sărim imediat să dăm vina pe infidelitate pentru ruinarea relaţiilor, dar poate că, în multe cazuri, cel mai distructiv factor este insistenţa încăpăţânată

asupra exclusivităţii sexuale cu orice preţ. Poate că unele dintre aceste cupluri încă ar fi împreună dacă ar fi fost dispuse să discute despre nevoile lor intime diferite şi despre ce însemnau ele pentru structura căsniciei. Această conversaţie implică abordarea idealului romantic: monogamia.

Să nu mă înţelegeţi greşit: nonmonogamia nu este o soluţie pentru toate rănile şi nici o pavăză contra trădării. Dar când văd oameni care suferă şi oameni care se simt obligaţi să ia decizii care produc suferinţă tuturor celor implicaţi, vreau, cel puţin, să pot oferi o altă soluţie. Mama mea era croitoreasă, iar eu îmi văd activitatea ca fiind similară probelor de la croitor. Nu încerc să îmbrac toate cuplurile în acelaşi costum.

Pentru majoritatea, menţionarea relaţiilor sexuale deschise aprinde becurile roşii. în privinţa iubirii angajate, puţine sunt subiectele care să producă o reacţie atât de viscerală. „Şi dacă ea nu se mai întoarce? Dar el nu poate aprecia toate lucrurile bune pe care le avem şi nu poate accepta că nu e posibil să aibă totul? Şi dacă ea se îndrăgosteşte?" Căsătoria înseamnă să faci compromisuri! Ideea că poţi iubi o persoană şi face sex cu alta pur şi simplu ne cutremură pe unii dintre noi. Ne temem că încălcarea unei limite va duce la încălcarea potenţială a tuturor limitelor. Ceea ce nu-i exclus. Dar, după cum descoperă prea mulţi oameni, căsnicia închisă nu este un bastion în calea dezastrului.

în plus, mă opun analizei pornind de la premise false. Mulţi pretind că lucrează la reaprinderea dorinţei. Le place ideea, dar, de fapt, nu acceptă realitatea. Vor familia, vor să aibă pe cineva alături, vor viaţa pe care au construit-o împreună, dar nu vor să facă sex cu partenerul de cuplu. Şi când acest lucru devine evident, oare nonmonogamia nu ar fi o soluţie mai potrivită decât divorţul? Lipsa de deschidere cu privire la această posibilitate duce la distrugerea multor relaţii pozitive şi a multor familii fericite, stabile.

Cupluri asemenea lui Matt şi Mercedes pot decide să se separe, acum ori mai târziu, sau poate că nu vor face pasul acesta niciodată. Sper însă că, indiferent ce hotărâre vor lua, alegerea va fi rezultatul unei reflecţii profunde asupra nevoilor şi a posibilităţii de a desena un cerc destul de mare încât să îi cuprindă integral pe amândoi. Sunt convinsă că pentru toţi cei implicaţi, o astfel de variantă este de preferat recidivismului adulterin. Când se întâmplă a doua aventură, oamenii sar cu replici de genul „cine a înşelat o dată o să mai înşele", ca şi cum ar fi vorba despre confirmarea unei trăsături de caracter negative. Dar, uneori, o explicaţie mai apropiată de adevăr este că nu s-a lucrat niciodată la problema de bază a cuplului.

Condamnarea totală şi categorică a adulterului ne distrage prea uşor de la problemele reale care se ascund în spatele acestuia. De asemenea, creează o ierarhie rigidă a infracţiunilor relaţionale. Chiar şi în ziua de azi, respingerea emoţională şi sexuală nu este la fel de aspru sancţionată precum aventurile extraconjugale. Când considerăm infidelitatea ca fiind cea mai serioasă dintre trădări, ne încăpăţânăm să nu recunoaştem complexitatea căsniciei.

CAPITOLUL 13 Dilema amantei/amantului

Conversaţii cu cealaltă femeie

Ea este alegerea lui, cu jumătate de normă. Şi tu ştii povestea! Uite,

Când s-a terminat, el nu se mai încurcă şi-o aşazâ,

Asemenea telefonului, înapoi in furcă.

Anne Sexton, „Toţi ştiţi povestea celeilalte femei“

VERA ÎŞI CERCETEAZĂ COAFURA în oglindă şi se uită pe fereastră. Masa a fost aranjată elegant, şampania este la rece, salata de roşii, culese din grădină, strălucește îmbietor. După spusele lui, trebuia să ajungă acum o oră, însă Vera a decis să nu îl sune. Se plimbă prin apartamentul mic, dar cochet, cu două camere, revenind la fereastră ca să se uite după maşina lui. Chiar şi după treizeci de ani, ştie că va fremăta de bucurie când îl va vedea coborând de la volan, în faţa casei. Radiind, emoţionată şi puţin neliniştită, arată ca orice femeie îndrăgostită.

Dar nu este orice femeie. Ea este cealaltă femeie. Cunoscută ca distrugătoarea căminului. Hoaţa de bărbaţi. Amanta. Secretara. Curva. Etichete culturale puse femeilor ca ea de la Lilith încoace. Vera detestă aceste etichete, motiv pentru care ea şi Ivan, iubirea vieţii ei, fac eforturi incredibile pentru a-şi ascunde relaţia, care durează de trei decenii. în cele din urmă, va lua secretul cu ea în mormânt. Singura care ştie este fiica ei, Beth. Mai târziu, ajunsă la cincizeci şi cinci de ani, după ce i-a îngropat pe cei doi protagonişti şi a aruncat dovezile, Beth m-a căutat ca să îmi spună povestea mamei sale.

„Iubitul pe termen lung al mamei mele, Ivan, era un bărbat bogat şi puternic, însurat. Aveau un apartament al lor într-un cartier muncitoresc al oraşului, unde se întâlneau de trei ori pe săptămână; apartamentul avea şi o grădină mică, în care le plăcea să lucreze. Când mama a murit pe neaşteptate, la şaptezeci şi şapte de ani, mi-a revenit responsabilitatea de a închide cuibuşorul iubirii lor şi de a-1 ajuta pe Ivan, care ajunsese la optzeci şi cinci de ani, să depăşească suferinţa. Nu era nimeni altcineva care să îi şteargă lacrimile, căci nimeni altcineva nu ştia. Peste câţiva ani, am fost la înmormântarea lui, deşi niciun membru al familiei sale nu avea habar cine sunt.“

Beth a descris-o pe mama ei ca fiind o femeie foarte atrăgătoare, dinamică şi aventuroasă. Abandonată de primul soţ când era însărcinată, se căsătorise din nou, dar îşi părăsise bărbatul când acesta devenise abuziv. „Era puternică şi independentă, cumpăra case într-o vreme în care femeilor nu li se dădeau credite. Ne-a scos pe amândouă din căsnicia aceea îngrozitoare."

„O iubire mare şi frumoasă", aşa a descris Beth relaţia dintre Ivan şi mama ei. „Eram bucuroasă că trăia asta după ce avusese atâta ghinion cu bărbaţii. Când s-au întâlnit, Ivan era deja însurat de zeci de ani şi ştia că nu va divorţa. Tocmai le murise fiica mai mare şi nu se vedea provocându-i încă o pierdere soţiei." Vera credea că soţia lui Ivan ştia despre relaţie, dar acest lucru nu a fost

confirmat niciodată. Responsabil şi generos, Ivan îi asigura liniştea financiară.

„Din multe puncte de vedere, aranjamentul lor funcţiona pentru mamă, fiindcă îi lăsa destulă libertate, a tras concluzia Beth. Se putea duce la cuibul lor, putea fi sexy, îl făcea să creadă că era minunată, pregătea un prânz delicios, beau un vin, după care pleca singură acasă." Dar unica ei fiică şi confidentă îşi doreşte uneori să nu fi ştiut atât de multe despre acest aranjament. „Am aflat toate detaliile despre cum se dezvoltă şi se întreţine o astfel de relaţie: minciunile pe care bărbatul i le spunea soţiei; scuzele inventate pentru a petrece timp împreună cu amanta; problemele sexuale care, se pare, existau în cuplu; explorarea sexuală trăită la cote înalte în afara căsniciei. Ştiam că mama nu se putea da niciodată cu parfum, ca să nu lase urme pe hainele lui. Sau că plăteau chiria cu bani gheaţă şi semnau contractul de închiriere cu un nume fals.

Am avut acces la mult prea multe informaţii. Cum ar fi povestea cu examenul medical anual la care Ivan s-a dus cu soţia lui, iar medicul i-a întrebat cum stau cu sexul. Când Ivan a spus că nu făceau dragoste, doctorul a propus să le dea o reţetă pentru Viagra, iar soţia s-a întors spre el şi l-a mustrat: «Of, doar nu vrei să o iei de la capăt cu povestea asta?» După consultaţie, Ivan l-a luat pe doctor deoparte şi i-a spus că, de fapt, el facea sex din plin şi că dorea acea reţetă. Nu aveam nevoie de toate aceste detalii, dar acum le ştiu şi trebuie să le păstrez."

Pe măsură ce Vera îmbătrânea, mi-a povestit Beth, a devenit din ce în ce mai dificil pentru ea „să fie undeva în afara vieţii lui, uitându-se înăuntru". Avea probleme etice —nu în privinţa relaţiei ei cu Ivan, ci din cauză că se simţea complice la faptul că acesta îşi înşela soţia. Alteori, simţea că îşi sacrificase cei mai frumoşi ani pentru el. Trebuia să meargă singură la toate petrecerile de Crăciun, să plece singură în vacanţe, să se prezinte în lume ca o femeie singură.

Am îndrăznit să-i pun câteva întrebări. „Şi cum te-au influenţat aceste lucruri? Te-au făcut să crezi în forţa iubirii? Te-au făcut să înţelegi puterea adulterului? Te-au făcut să îţi dai seama de viclenia minciunilor?"

A zâmbit strâmb. „Da. Da. Da. Pe de o parte, eram conştientă de suferinţa mamei mele, însă şi de sentimentul că iarba era mai verde în grădina ei. Aparent, soţia lui Ivan avea tot ce putea dori o femeie, dar trăia cu un soţ absent emoţional şi care nu dorea să o atingă. Ivan îi aducea mamei mele tot ce era mai bun în el, iar ea îi răspundea la fel. Deci, da, m-a făcut să cred în puterea iubirii. Ceea ce am înţeles abia de curând a fost modul în care această poveste mi-a influenţat viaţa, acum, în al douăzeci şi şaselea an de căsnicie." Astfel mi s-a amintit, încă o dată, că infidelitatea îşi aruncă umbra mult dincolo de triunghiul amoros.

„în perioadele de stres conjugal, devin suspicioasă şi neîncrezătoare mult peste limita corectă sau justificată. Parcă aud aievea minciunile pe care Ivan i le turna soţiei lui, şoaptele mamei mele referitoare la o schimbare neprevăzută a planurilor, poveştile pe care le inventau pentru a fi împreună. Am moştenit senzualitatea mamei şi vreau acelaşi fel de iubire pe care l-a trăit ea, dar mă tem că voi sfârşi în postura soţiei lui Ivan."

„Ce simţi cu privire la Ivan?", am întrebat-o.

„Mi-a venit foarte greu să particip la înmormântarea lui, împreună cu alţi cinci sute de oameni, şi să aud cum era lăudat drept un familist extraordinar. Cel mai îngrozitor moment a fost când cineva s-a ridicat în picioare şi a povestit o scenă în care Ivan îşi arăta soţia cu degetul şi spunea: «Nu-i aşa că e foarte frumoasă? Nu-i aşa că e minunată?» îi spunea exact aceleaşi vorbe şi mamei mele. Ea îl iubise timp de treizeci de ani şi plătise un preţ mare pentru asta. El nu a trebuit să plătească nimic, în afară de banii pe care i-i dădea. Vreau ca povestea să se afle. Mama merită asta!“

Ieşirea din umbră

Mama lui Beth nu a avut cum să-mi relateze povestea ei, dar multe alte persoane au facut-o. Când s-a aflat că scriam o carte despre infidelitate, am început să primesc mesaje care începeau aşa: „Sunt amanta unui bărbat însurat...“, „Sunt proverbiala «cealaltă femeie»...“, „Sunt a treia persoană din triunghi...“ Mi-au împărtăşit aventurile lor, speranţele, temerile şi puseurile de vinovăţie. M-au invitat în dilemele lor.

„Cât timp ar fi bine să aştept?'[1] „Ar trebui să îl forţez să aleagă?"

„Ce fac cu gelozia? Cu singurătatea? Cu frustrările?" „Căsnicia lui o să dicteze la infinit programul iubirii noastre?"

„O să pot vreodată să am un copil cu el?"

„Mă întreb dacă tot ce vrea e să facă sex. Oare mă va alege vreodată pe mine?"

„Mă simt de parcă aş încălca solidaritatea feminină, trădând o altă femeie." „Pe ea o minte. Cum pot fi sigură că nu mă minte şi pe mine?“

„Sunt o persoană bună, morală, cu principii, dar se pare că îmi încalc toate regulile personale. Mă puteţi ajuta?“

„Cum să continui să mă prefac în faţa familiei mele că trăiesc de una singură?"

„Cum să îmi păstrez demnitatea?"

„Cum pot încheia această poveste? Cum fac să nu o închei?"

Toate aceste întrebări au venit însoţite de o rugăminte: „Nu mă lăsaţi în afara poveştii." Mesaj după mesaj, amantele şi-au clamat importanţa în această cercetare — la urma urmei, este o poveste care nu ar exista fără ele.

Cea mai mare parte a literaturii clinice referitoare la adulter descrie două elemente, deşi adulterul e, de facto, un triunghi. Amanta este foarte rar menţionată, iar în terapie ori este ignorată, ori denigrată. Majoritatea terapeuţilor doresc să închidă bucla din jurul cuplului cât mai rapid, amanta fiind percepută mai degrabă ca agent patogen decât ca persoană. Sentimentele ei sunt irelevante pentru recuperare. Deoarece se întâmplă rar ca un terapeut de cuplu să se

întâlnească doar cu partenerul infidel, nu e loc pentru discuţii despre astfel de subiecte: cum să închei relaţia extraconjugală, cât de aprig este dorul după amantă sau cât de mare este suferinţa provocată de despărţirea de aceasta. „Termină cu ea", sună replica obişnuită. „încetează imediat orice contact."

Iar publicul, în general, are tendinţa de a o judeca pe „cealaltă femeie" mult mai aspru decât îl judecă pe bărbatul infidel. Când Beyoncé a scos albumul Lemonade, care avea ca temă infidelitatea, furia online îndreptată spre identificarea şi desconsiderarea misterioasei „Becky with the good hair“ a depăşit cu mult comentariile critice la adresa lui Jay Z, soţul rătăcitor al cântăreţei.

Vorbesc la feminin, pentru că majoritatea celor care m-au contactat din această poziţie au fost femei. în cazul lor, nu a fost vorba despre aventuri pe termen scurt, experienţe de-o noapte sau prietene extraconjugale cu care mai faci şi sex din când în când. Au fost amante pe termen lung, care au petrecut ani, uneori chiar zeci de ani, singure şi implicate în relaţii cu bărbaţi însuraţi. Ca nu cumva să faceţi asocierea imediată cu stereotipul femeii fatale, cu seducătoarea tânără, doar puţin mai în vârstă decât propria lui fiică, daţi-mi voie să v-o prezint pe „cealaltă femeie": adeseori divorţată sau văduvă, având cincizeci, şaizeci sau şaptezeci de ani, inteligentă, realizată şi realistă. Acestea nu sunt pur şi simplu femei naive, disperate, care să accepte iubirea în orice formă ar găsi-o. în realitate, sunt pragmatice cu privire la motivele pentru care au ales nu doar să trăiască cu un secret, ci să fie un secret. Pare mai degrabă o varietate feminină de suferinţă, şi nu este o întâmplare că epitetele ce li se aplică nu au echivalente masculine. Nu vorbim despre „devoratorii de femei" şi nici despre „celălalt bărbat", în plus, până de curând, foarte puţine femei aveau destui bani încât să îşi permită să plătească atât chiria pentru un nid dămour, cât şi întreţinerea căminului familial!

Am întâlnit mulţi bărbaţi care erau amanţii unor femei măritate (sau al unor bărbaţi însuraţi). Dar încă nu am întâlnit un bărbat singur care, timp de treizeci de ani, să îşi ofere iubirea unei femei căsătorite, aşteptând ca aceasta să divorţeze şi să-şi întemeieze o familie cu el. Dacă un bărbat singur intră într-un triunghi, motivul este mai degrabă

faptul că nu vrea un angajament mai serios. Mă gândesc la Greg, care a fost foarte fericit să se vadă o dată pe săptămână cu iubita lui măritată, timp de doi ani, dar care a fost cuprins de groază când a văzut-o pe aceasta cu valizele la uşa lui. „Nu mi-am dorit niciodată să divorţeze.
Sigur, am vorbit despre asta, dar am crezut că sunt doar discuţii superficiale/' îl aranja perfect să aibă o relaţie part time.

Povestea amantei pe termen lung mă intrigă-de ce face alegerile respective, ce obţine din aceste alegeri, ce preţ plăteşte, cum îşi apreciază poziţia. Indiferent ce credem despre etica acţiunilor amantelor, ele joacă un rol central în dramă, având tot dreptul la compasiune.

Naraţiunea adulterului merită atenţie, pentru ca nu este întotdeauna clar care dintre cele două relaţii va avea sau nu viitor. Poate niciuna dintre ele? Adulterul trebuia sa rămână doar un adulter? Sau este o poveste de dragoste care aşteaptă să iasă la lumina zilei? Ce încurcături se pot ivi? Sunt implicaţi şi copii? Ce promisiuni au fost făcute, cât timp a fost investit, ce speranţe au fost amânate? Terapeutul pune unele întrebări în faţa cuplului, de exemplu: „Cum vorbiţi despre

el/ea? Folosiţi un nume? Un epitet? Ori pur şi simplu «femeia aia» sau «bărbatul ăla»? Alte întrebări sunt rezervate pentru discuţia intre patru ochi cu partenerul implicat.

Oamenii mă întreabă adeseori dacă organizez şi o întâlnire cu amanta. Dacă perechea doreşte să se împace, atunci nu. Dar multe amante au venit la mine singure, pentru a-şi împărtăşi suferinţele. Unele fuseseră atrase cu promisiuni false-lăsate să creadă că relaţia conjugală era lipsita de sex sau de emoţie ori că divorţul era iminent. Altele deveniseră amante fără să vrea, intrând în relaţii cu bărbaţi care pretindeau că nu sunt căsătoriţi. Iar altele descoperiseră că nu erau singurele amante. Am primit în cabinet şi cupluri de amanţi. întrebările lor includ: „Şi dacă am fost sortiţi dintotdeauna unul celuilalt? Şi dacă ambele noastre căsnicii sunt nişte greşeli? Putem da cu piciorul ocaziei de a fi cu iubirea vieţii noastre? Am fi vreodată liniştiţi ştiind că, dacă rămânem împreună, vom face să sufere atâţia oameni?" Nu am răspunsuri simple la întrebările lor. Ceea ce pot să fac este să creez un spaţiu pentru dilemele lor dureroase şi să recunosc faptul că relaţiile lor conjugale nu sunt singurele care necesită o terapie empatică.

„Relaţia noastră merită compromisurile?" Gândurile unei amante

„Nu am fost iubită niciodată atât de profund, cu atâta intensitate, într-o relaţie plină de emoţie şi de onestitate sexuală, şi nici nu am fost tratată niciodată atât de bine!"

Astfel mi-a descris Andrea, o arhitectă în vârstă de cincizeci şi nouă de ani, divorţată, din Vancouver, relaţia ei de nouă ani cu Michael, dezvoltator imobiliar. Şi, a adăugat ea, bărbatul este însurat de treizeci de ani. „Caut îndrumare, mi-a scris ea, dar literatura de specialitate pare să fie simplistă şi plină de stereotipuri. Aflu că sunt folosită, că nu poţi să ai încredere în bărbaţi, că ar trebui să îl părăsesc. Am şi prieteni care spun asta —de parcă aş fi o femeie naivă, care nu se poate apăra singură. Este o insultă la adresa inteligenţei mele şi a stimei de sine."

Aşa a început o conversaţie lungă şi interesantă pe e-mail. Este o femeie care îşi desfăşoară mare parte din relaţie online —mi-a spus că schimbă cu Michael până la

cincizeci de mesaje pe noapte. Se bucură să aibă şansa unei introspecţii în scris.

Andrea este pragmatică în ceea ce priveşte căsnicia amantului ei, poate pentru că şi ea a petrecut douăzeci şi cinci de ani într-o relaţie nefericită, cu un soţ care o respingea, atât sexual, cât şi emoţional. „Dacă îmi doresc să nu fi fost însurat? Da, sigur că da. La fel şi el. Dar îşi iubeşte şi îşi respectă soţia şi nu vrea să o facă să sufere, chiar dacă relaţia dintre ei abia mai pâlpâie. Treizeci de ani fac ca până şi o relaţie lipsită de pasiune să pară ceva pozitiv. Ştiu cum e. Confortul pantofilor vechi, teama de a face schimbări dramatice în viaţă. Am avut şi eu justificări asemănătoare."

„Cu siguranţă că îţi este greu, i-am răspuns. Şi sentimentele tale?"

Andrea îşi cunoaşte punctele slabe. Simţământul că este lipsită de importanţă, că se află pe locul al doilea, după soţie. Judecata celorlalţi. Izolarea produsă de faptul că este un secret. Dar mi-a spus că găseşte alinare în discuţiile pe care le are cu Michael despre toate astea, precum şi

în declaraţiile lui zilnice de iubire. „Cum să risipesc toată această dragoste minunată pe motivul că o preţuieşte şi o respectă pe mama copiilor lui?"

Pentru multe femei în situaţia ei, chiar şi menţionarea căsătoriei echivalează cu o presiune, care poate tulbura echilibrul delicat al triunghiului. Apoi ajung în punctul în care sunt obosite de permanenta ocolire a subiectului, într-un final, se ajunge la ultimatumuri, termene-limită, ameninţări: „Dacă nu te hotărăşti, decid eu pentru tine!"

Andrea ştie că nici coerciţia, nici manipularea şi nici furia nu vor duce prea departe. „în realitate, nu îl vreau, dacă se simte obligat sau presat; îl vreau doar dacă e opţiunea lui. Prin urmare, nu îi cer să o părăsească; presupun că nu o va face, pentru că mi-a spus asta de la bun început. Şi nu îl întreb dacă au o viaţă sexuală — presupun că da, măcar uneori. Pot să aleg să rămân sau să plec, dar trebuie să accept lucrurile aşa cum sunt. Ai nevoie de putere ca să faci o alegere cu ochii larg deschişi." Când se gândeşte astfel, se simte mai puţin neajutorată.

Mă întreb dacă reuşeşte întotdeauna să fie atât de raţională. în sinea ei, oare se gândeşte că, dacă Michael ar iubi-o cu adevărat, ar trece peste orice obstacol doar ca să fie împreună? Peste o oră, mi-a trimis alt e-mail.

„Sigur, câteodată îmi trece prin cap că divorţează şi vine la mine, mi-a scris Andrea. Şi mă întreb adesea dacă nu cumva îmi subevaluez nevoile, iar răspunsul este afirmativ. Aproape în fiecare zi port un dialog lăuntric despre «ce primesc, ce nu primesc?»" Răspunsurile ei merg dintr-un capăt în celălalt al spectrului, în funcţie de cât de nesigură se simte, dar, în cele din urmă, trage concluzia că merită.

Se întreabă şi dacă şi-ar dori să fie cu el tot timpul. Nu simte nevoia să se mărite. Mai mult, mi-a făcut următoarea mărturisire: „N-am idee dacă i-aş putea menţine treaz interesul, sau dacă m-aş plictisi de el, sau dacă mi-ar fi fidel. Cred că amândoi ne temem că am putea avea soarta tristă a multor căsnicii. Deci, din acest punct de vedere, nu îmi minimalizez nevoile."

I-am cerut informaţii despre ce o ajută să se descurce. Se menţine ocupată cu munca şi cu amicii, îi place în mod special să petreacă timp cu prietenii de sex masculin, mai ales dacă i-au arătat un interes romantic. Faptul că Michael a prezentat-o unor apropiaţi de-ai lui îi oferă un oarecare sentiment de incluziune.

Triunghiul din care face parte Andrea prezintă un anume tip de configuraţie — ea este o femeie singură, în timp ce iubitul ei este însurat. Lucrurile stau diferit când ambii parteneri au relaţii „oficiale[1]*. Am întrebat-o dacă se gândeşte vreodată să aibă o relaţie cu alt bărbat. A recunoscut că nu de puţine ori şi-a spus că i-ar fi mai uşor dacă ar fi măritată sau dacă ar avea un iubit. „Ar aduce egalitatea pe terenul de joc. O metodă prin care am rezistat şi care mi-a întărit stima de sine a fost să rămân receptivă la alte posibilităţi. Am cont pe un site de dating.** Cu toate acestea, inima ei este la Michael. „Totuşi, nu merită să distrug o relaţie atât de minunată doar pentru a egala scorul.**

Următoarea mea întrebare a fost: „S-ar schimba ceva dacă ai fi o amantă recunoscută în viaţa lui, şi nu un secret?** A răspuns că nu s-a gândit niciodată la asta, pentru că nu a crezut că ar fi

posibil. „La începutul relaţiei noastre, după primele declaraţii de iubire, mi-a spus că şi-a propus să vorbească despre noi cu soţia, iar eu l-am oprit: «Să nu faci asta! O să te pună să alegi.» Ştiu că îi este loial, deşi există nevoi importante care nu sunt acoperite. Şi este destul de limpede că nevasta lui nu ar fi dispusă să îl împartă. Am decis că, atâta vreme cât sunt sigură că doar eu mă bucur de aceste sentimente romantice şi senzuale, atunci pot împărţi cu ea timpul şi atenţia lui, în ciuda luptei interioare.**

Orice femeie aflată într-o asemenea situaţie ajunge să facă o alocare mentală a resurselor —o negociere între ce primesc soţia, familia, şi ce primeşte ea. Multe amante merg până acolo încât cer exclusivitate sexuală de la partenerii lor căsătoriţi. „Locuieşte cu ea, ia micul dejun cu ea, împarte un cont bancar cu ea, iese în public cu ea. Dacă sexul este singurul lucru pe care îl face cu mine, atunci cel puţin acesta să fie doar al nostru." Altele delimitează anumite locuri şi intervale de timp care să fie ale lor. „Soţia lui se duce în fiecare vară în Canada pentru o lună, să îşi vadă rudele. Acela este timpul nostru."

Bilanţul Andreei arată aşa: „Ea are loialitatea lui, familia, sprijinul financiar, compania zilnică, vacanţele, prietenii comuni. Eu am tot ce mi-a fost refuzat în propria căsnicie — o legătură emoţională, sexuală şi intelectuală foarte profundă, iubire, respect reciproc, încredere şi bucurie. Apreciez aceste lucruri mai mult decât tot ce îi oferă soţiei lui, deci cred că eu am partea lui cea mai bună. Deşi ea crede că ea o are." Evident, soţia lui Michael nu a avut şansa de a face aceste calcule. „Dar nici eu nu am control asupra distribuirii resurselor", a recunoscut imediat Andrea.

Toate amantele vin cu justificări — „este o căsnicie nefericită, nu fac sex, oricum vor divorţa curând, mai e un an şi toţi copiii vor pleca de acasă.

Fireşte, există şi povestea văzută din perspectiva soţiei. Aceasta şi-a negociat propriul contract, care nu includea o amantă. Poate că dorinţa ei sexuală a scăzut ca răspuns la absenţa emoţională a soţului. Era dispusă să tolereze lipsa de intimitate dacă el i-ar fi fost loial. Dar să descopere că până şi loialitatea lui era împărţită o scoate din minţi. Doare destul de tare să afli că partenerul are alte amoruri, dar să ştii că e vorba despre o relaţie paralelă pe termen lung, cu propriile angajamente, ritualuri şi obiceiuri, asta dă naştere unei suferinţe îngrozitoare.

Andrea se gândeşte uneori la soţia lui Michael. „Nu am simţit niciodată ostilitate faţă de ea. O compătimesc. La un moment dat, aproape că am dat peste ea într-un magazin şi am avut mustrări de conştiinţă. Dar, în general, nu simt vinovăţie.[1]' Apropo de întrebarea „ea ştie?": „Michael nu i-a spus nimic, niciodată. Dar cum să nu-şi fi dat seama, după atâta vreme? Aşadar, cred că refuză să recunoască. Dacă m-aş gândi că ştie şi că suferă, m-aş simţi groaznic şi probabil că aş pune punct. Andrea tocmai a formulat una dintre cele mai frecvente şi mai convenabile—justificări.

Când se compară cu prietenele ei, îşi confirmă concluzia că deţine partea mai bună a afacerii. Multe dintre ele trăiesc în spatele unei „măşti a satisfacţiei conjugale" — par mulţumite în public, dar nu dorm în acelaşi pat cu soţul. „Nu cred că situaţia lor este mai bună decât a mea. Nu facem decât să alergăm dintr-o parte într-alta, în căutarea fericirii. Toţi facem compromisuri şi, într-o oarecare măsură, toţi ne bazăm pe nişte justificări pentru a rămâne în relaţiile noastre."

Compromisurile celeilalte femei

în mod clar, Andrea preferă să fie „cealaltă femeie", persoana adorată, decât soţia evitată. Da, există şi compromisuri, dar şi beneficii. în acest punct, îmi aminteşte de pacienta mea Rose, a cărei mamă a avut o căsnicie fără sex şi a pus-o pe fiica ei să jure că nu va fi niciodată cu un bărbat care nu o doreşte fizic. Amantul căsătorit a răspuns perfect acestei cerinţe — Rose şi Tad se văd o dată sau de două ori pe săptămână, de trei ani, iar dorinţa lui nu a scăzut niciodată. Rolul de amantă i se potrivea lui Rose. „Aveam propria libertate şi eram fantezia altcuiva"[88], vorba romancierei Susan Cheever.

Rose a încercat de mai multe ori să se rupă de Tad, însă el a adus-o înapoi de fiecare dată. Femeia vrea să o ajut să se desprindă, dar, pentru început, trebuie să înţeleagă care era câştigul ei din acest aranjament. Pentru a ocoli pericolul de a fi soţia respinsă, a devenit amanta dorită. Lipsa de siguranţă şi de angajament public a fost un preţ care a meritat să fie plătit — sau cel puţin aşa a crezut până acum. „Există metode mai bune pentru a evita soarta nefericită a mamei tale", i-am spus.

în ciuda beneficiilor, am văzut de nenumărate ori efectele negative pe care aceste relaţii ascunse le au asupra persoanei din umbră. Da, amanta primeşte pasiunea fără a trebui să spele şosetele bărbatului, dar trăieşte pe o poziţie lipsită de recunoaştere — o poziţie care distruge stima de sine şi încrederea. Se simte specială pentru că el face mari eforturi ca să o vadă, dar se simte devalorizată pentru că rămâne nevăzută de alţii. Oscilează între a fi adorată şi a fi ignorată. Adeseori, problemele psihologice legate de valoarea personală, un eventual abandon în copilărie şi un ataşament nesigur o ţin prizonieră în astfel de relaţii. Sentimentul de insuficienţă personală se îmbină cu disponibilitatea ei de a accepta firimituri şi de a se mulţumi cu ele.

în Suedia am întâlnit-o pe Ingrid, a cărei situaţie surprinde perfect aceste dihotomii. Ani la rând s-a luptat să încheie o relaţie lungă, care cunoscuse şi multe pauze. Anul trecut a crezut că a pus punctul final, dar bărbatul a recucerit-o.

în ultimele şase luni, s-au văzut zilnic, înainte şi după programul lui de la serviciu. Ingrid mi-a descris iubirea lor ca fiind „aproape o comuniune religioasa[1], dar femeia tânjeşte şi după bucuria terestră a pregătirii legumelor pentru cină. în ultima vreme, el i-a spus tot felul de lucruri despre cum se vor căsători şi vor locui împreună, fapt carp i-a stârnit speranţe, dar şi griji. „Când eram amanţi, şi nimic altceva, aveam propria viaţă, fără speranţe deşarte, şi eram liberă să mă văd şi cu alţi oameni. însă acum am devenit dependentă de visul lui, ba l-am transformat şi în visul meu.“

Ingrid se simte ruşinată şi supărată că a căzut în capcană, dar se teme că, dacă se desparte, nu va mai simţi niciodată acel tip de iubire sau extaz erotic. „Pur şi simplu nu înţeleg de ce nu îşi părăseşte soţia!“, a izbucnit, enumerând multele expresii deloc datante prin care iubitul ei şi-a caracterizat căsnicia. „în ţara noastră, suntem experţi în «divorţ amiabil», iar banii şi custodia nu sunt o problemă... Prin urmare, de ce rămâne cu ea? Dar uite că rămâne. Şi am convingerea că tot cu ea va fi şi la şaptezeci şi cinci de ani, susţinând în continuare că nu o iubeşte şi că mă iubeşte pe mine.“

„Ce îţi trebuie, de fapt?“, am întrebat-o.

„Un fel de răzbunare pentru durerea mea şi pentru durerea pe care durerea mea le-a produs-o oamenilor care au încredere în mine, a răspuns ea cu onestitate. în mod iraţional, vreau să strig cu voce tare că de zece ani îşi trădează familia. Dar vreau şi o recuperare a demnităţii mele în ochii apropiaţilor, care au pus sub semnul întrebării iubirea lui pentru mine, intenţiile lui, sinceritatea lui. Vreau să mă simt aleasă de el şi vreau ca lumea să ştie asta.“

Ingrid suportă foarte greu statutul nelegitim al relaţiei. „Mă imaginez la înmormântarea lui, unde nu am dreptul să plâng, nici să primesc compasiunea celorlalţi pentru pierderea mea. Ce se va întâmpla când el va muri şi nu va exista niciun martor al iubirii noastre intense? Povestea noastră se va dizolva în neant odată cu dispariţia lui, iar eu voi rămâne singură, abandonată de toţi.“

Este o imagine dureroasă şi foarte precisă. Mă gândesc la Beth, care a luat parte la înmormântarea partenerului secret al mamei ei, după treizeci de ani de relaţie. Mă gândesc la Andrea, recunoscătoare că măcar câţiva dintre prietenii lui Michael ştiu cum o cheamă. Mă gândesc la Roxana, care s-a deghizat în asistentă medicală pentru a-şi putea vedea amantul la spital, după ce acesta făcuse un infarct. Şi mă gândesc la Kathy, care mi-a scris că a aflat despre moartea iubitului ei însurat citind ziarul local. Fiecare dintre aceste femei trăieşte cu durerea de a fi lipsită de orice drepturi. Indiferent cum le-am judeca acţiunile, le putem înţelege suferinţa.

în cazul lui Ingrid, sper să o ajut să se elibereze. Simt rezonanţa dintre tema relaţiei adulterine şi cea a lipsei de recunoaştere pe care a trăit-o în copilărie. Mi-a spus că, pe când era mică, era foarte apropiată de tatăl ei, dar, când a mai crescut, acesta s-a depărtat de ea fizic şi emoţional, lucru care a făcut-o să se simtă ruşinată. „Singurul moment când l-am îmbrăţişat la vârsta adultă a fost când se afla în comă, pe patul de moarte, mi-a povestit ea. Tânjeam după iubirea lui, dar singurul lui limbaj prin care îşi exprima dragostea îl reprezentau banii.“ Ingrid a rămas cu impresia că nu era demnă de iubire.

„S-a schimbat asta vreodată?", am întrebat-o.

„Exact înainte să moară, tata şi-a terminat autobiografia, în care a explicat clar, pentru întreaga lume, cât de importantă eram pentru el.“ Ingrid s-a oprit din mărturisiri, cu ochii plini de lacrimi. Vedea şi ea legătura: acum şi-ar dori ca iubitul ei să facă un lucru similar — să spună lumii că o iubeşte —, dar cât timp e în viaţă.

„în multe moduri, iubitul meu vindecă rănile trecutului, oferindu-mi iubirea după care am tânjit toată viaţa, a reflectat ea. Dar totodată reaprinde în mine nevoia de recunoaştere. Cred că această relaţie reprezintă şi reparare, şi reluare." Ingrid este tulburată. Poate că acum ar fi capabilă, în sfârşit, să pună capăt modelului distructiv.

Sfârşitul aventurii

Ingrid a avut maturitatea de a pune punct relaţiei compromise. Dar mulţi alţii rămân prinşi zeci de ani într-un model osificat şi îşi văd speranţele (adeseori şi fertilitatea) dispărând. Un termen

utilizat de Terry Real este foarte potrivit pentru astfel de relaţii extraconjugale: „ambiguitate stabilă". Acestea sunt relaţiile cu statut nedefinit, dar cu modele bine stabilite, greu de distrus, şi la fel de greu de luat ca bază pentru încredere. Rămânând într-o situaţie confuză, oamenii evită atât singurătatea, cât şi angajamentul. Acest amestec ciudat de consecvenţă benefică şi de nesiguranţă este din ce în ce mai frecvent în relaţiile din era Tinder, dar a fost de multă vreme o trăsătură caracteristică relaţiilor extraconjugale.

Lia, mamă cu doi copii mici, divorţată, s-a mutat de curând din Tennessee la New York şi a început o relaţie cu tânărul însurat care face terapie ocupaţională cu mezinul ei. Nu se acuză prea mult pentru această relaţie — „Eram singură, nu aveam prieteni, iar el m-a cucerit cu atenţiile lui“ —, dar se dispreţuieşte pentru incapacitatea de a-i pune capăt. De aproape un an este prinsă într-un cerc vicios: „E extrem de drăguţ cu mine, iar copiii îl iubesc. Mi-e teamă să rămân singură. Pe de altă parte, merit mai mult decât atât — o relaţie completă, nu resturi. Dar cum să ştiu dacă voi întâlni pe altcineva? Poate că nu o să mai întâlnesc pe nimeni. Poate că el este jumătatea mea. Şi totuşi, nu o să stau aşa, cu mâinile în sân, aşteptându-1 să divorţeze." Lia reflectează cu încrâncenare la aceste chestiuni, în timp ce urmăreşte, fără prea mare interes, diverse profiluri pe Match.com.

Nu există un răspuns simplu la problemele Liei. Deşi situaţia ei actuală pare extrem de nesigură, un lucru e cert: iubitul ei nu îi va oferi niciodată ceea ce îşi doreşte. Stoparea relaţiei o va arunca într-o nesiguranţă clară, dar şi într-un univers al alegerii şi al potenţialului. Are nevoie să scape de acest sentiment de neputinţă, să îşi recapete forţa şi capacitatea de acţiune. Va fi dureros, dar procesul va aduce deopotrivă mândrie şi posibilitatea unui viitor mai bun.

Uneori, lucrez cu partenerul căsătorit, însă mă gândesc tot timpul la femeia prinsă în capcană şi sper ca, prin el, să o eliberez pe ea. Jim, de cincizeci şi trei de ani, este căsătorit, are trei copii şi se vede de aproape şapte ani cu Lauren, o tânără de douăzeci şi opt de ani. Când a început relaţia lor, ea era stagiară la firma lui; acum, e o artistă care se străduieşte să îşi construiască o reputaţie. Vrea ca viitorul ei să includă o familie şi îl vrea pe Jim. Totuşi, când l-am întâlnit pe bărbat, mi-a fost clar că nu e motivat să facă mari schimbări. Are tot: o căsnicie funcţională şi un trai confortabil, plus o amantă şi o viaţă intimă pasională. Mai mult, are deja copii şi nu mai vrea alţii. Se bucură de echilibrul pe care şi l-a dorit şi a învăţat cum să şi-l păstreze.

Ori de câte ori Lauren îşi exprimă nefericirea, el o ademeneşte şi o aduce înapoi cu gesturi romantice extravagante. Timpul trece. începând să se simtă folosită, l-a somat să îşi părăsească soţia. Jim i-a promis, ca să o liniştească, dar ea ştie că sunt promisiuni deşarte, aşa că a făcut un pas în spate şi a început să se vadă cu alţi bărbaţi. Speriat că o va pierde, el a aruncat din nou nada. Ştie exact cum să o atragă —îi închiriază un studio şi îi plăteşte următoarea expoziţie. în mod egoist, el cumpără timp — timp pe care ceasul fertilităţii ei nu îl va mai primi înapoi niciodată.

„Trebuie să o eliberezi", i-am spus lui Jim. El a insistat că nu o opreşte să-şi caute fericirea şi că nu i-a promis niciodată că îşi va părăsi familia. Sunt convinsă că, practic, acest lucru este adevărat — el a spus că nu va pleca. Dar i-a spus şi că o iubeşte?

„Sigur, mi-a răspuns. Chiar o iubesc!" îl cred. Dar tocmai din motivul acesta trebuie să pună

capăt relaţiei. Vorbele dulci pe care i le şopteşte în extazul postcoital se convertesc în mintea ei în speranţe. Visurile şi dorinţele amantei nu există aproape niciodată într-un vid — ele sunt alimentate de declaraţiile de dragoste şi de plângerile despre nefericirea conjugală. Jim e cel care trebuie să desfacă triunghiul, astfel încât Lauren să se poată extrage din el. îl voi ajuta să facă asta cu grijă şi apoi să ofteze după ea. Este uşor să etichetezi bărbaţii precum Jim drept egoişti şi subiectivi, dar, adeseori, şi ei sunt foarte îndrăgostiţi şi au nevoie de un umăr pe care să plângă..

Indiferent dacă încheierea relaţiei se face între patru ochi sau în scris, ea trebuie să fie responsabilă, matură, atentă şi lucidă. L-am sfătuit pe Jim până în cele mai mici detalii cu privire la ce să spună şi am repetat de mai multe ori. Trebuie să recunoască reciprocitatea sentimentelor, să aprecieze profunzimea a ceea au împărtăşit, să îşi ceară iertare pentru promisiunile false, să stabilească graniţe clare şi să o elibereze. Acestea sunt elementele esenţiale ale unei despărţiri. Nu înseamnă că el nu o iubeşte, ci mai degrabă invers: o părăseşte tocmai pentru că o iubeşte. Şi, odată ce s-a întâmplat, despărţirea trebuie să fie definitivă; nu îi poate lăsa nicio urmă de speranţă de care să se agaţe. Procesul este întotdeauna foarte dureros, dar lucrurile stau ceva mai bine dacă lui Lauren i se spune că nu e singura care are inima frântă.

Această abordare este diferită de cea a multor terapeuţi, care recomandă un final abrupt. De obicei, sfatul este să încetezi orice comunicare, să ştergi toate datele de contact ale amantei, să nu mai fii prieten cu ea pe Facebook şi să nu îi menţionezi numele. Am văzut rezultatele acestei practici şi am hotărât să caut intervenţii „mai umane". Am alinat multe femei care fuseseră părăsite peste noapte, fără nicio explicaţie, de bărbaţi ai căror terapeuţi (sau ale căror soţii) insistaseră ca ei să înceteze poveştile de dragoste destul de lungi fără a spune nici măcar „la revedere".

„Nu a zis mare lucru, cu excepţia faptului că mă adora şi că eram extraordinară, după care, brusc, tăcere mormântală", şi-a amintit Jill. „Am căutat pe internet să văd dacă el sau familia lui păţiseră vreun accident sau dacă se întâmplase altceva grav. A fost mult mai dureros decât dacă ar fi venit la mine şi mi-ar fi spus: «S-a terminat»."

Aventura lui Casey cu Reid a suferit o moarte mai lentă— genul de despărţire cunoscut ca „fierbere la foc mic“. „A început să se simtă vinovat, apoi s-a retras puţin câte puţin. Nu-mi mai trimitea SMS-uri atât de des. întârzia la întâlniri. Vorbea despre soţia lui în termeni admirativi." într-un final, Casey a pus punct când a auzit de la Reid că soţia lui era însărcinată. „Ştiam că, până la urmă, o să dispară pur şi simplu."

Kat e furioasă pentru că Joel crede că poate să plece, pur şi simplu, revenind la viaţa lui ca şi cum nimic nu s-ar fi întâmplat. „Ce laş! Dacă măcar ar fi avut decenţa să mi-o spună direct!" Cunoştea prea bine obiceiurile iubitului ei, aşa că şi-a propus să apară la restaurantul lui preferat, când lua cina cu soţia, sau la meciul de baseball al copilului, sau la cafeneaua unde poposea înainte de muncă. „Credea că o să dispar din peisaj şi gata?", a izbucnit ea.

Cel puţin Darby a primit un SMS de la iubitul ei însurat, cu care avea o relaţie de zece ani, dar asta nu prea a consolat-o. „Trebuie să dispar puţin", i-a scris el, după care chiar a dispărut. Doi ani mai târziu, încă suferă din cauza asta. „Am fost deprimată, chiar în prag de sinucidere, mi-a mărturisit. Prietenii îmi spun că trebuie să merg mai departe, însă e dificil, când el nu m-a

eliberat din relaţie. Mama îmi zice: «Ce aştepţi de la un bărbat care îşi înşela soţia?» Poate că are dreptate, dar eu mă aşteptam cel puţin să fiu tratată ca o fiinţă umană."

Dacă descoperirea dureroasă a unei iubiri paralele are rolul de a conduce la un viitor mai onest — pentru oricare dintre părţile implicate—.„cealaltă femeie" trebuie tratată ca o fiinţă umană. Ea are nevoie de o voce şi de un loc în care să îşi onoreze experienţa. Dacă adulterul trebuie să se încheie pentru a asigura supravieţuirea căsniciei, acest lucru trebuie făcut cu atenţie şi respect. Dacă amanta rupe relaţia pentru a-şi recâştiga stima de sine şi integritatea, ea are nevoie de sprijin, nu de critici. Dacă relaţia conjugală se încheie, iar iubirea ascunsă iese din umbră, atunci se impune mult ajutor pentru a trece prin tranziţia stânjenitoare către legitimitate. Fără perspectiva unui al treilea, nu avem decât o înţelegere parţială a modului în care iubirea îşi croieşte drumul întortocheat prin peisajul vieţilor noastre.

PARTEA A PATRA

PÂNĂ LA ADÂNCI BĂTRÂNEŢI

CAPITOLUL 14 Ocupaţi căsnicia! Monogamia şi neajunsurile ei

Vor spune că eşti rău sau poate că eşti nebun ori cel puţin că ar trebui să stai ascuns.

Mintea ta trebuie să fie dusă dacă îndrăzneşti să crezi că poţi iubi mai mult decât un singur om.

David Rovics, „The Polyamory Song“

„OARE DIMENSIUNILE pe care le capătă infidelitatea nu constituie o dovadă că monogamia pur şi simplu nu face parte din firea umană?[1']

Iată o întrebare care revine iar şi iar. De curând, mi-a fost adresată de către o tânără care a venit la microfon în timpul unui seminar. „Oare nu am evita mult din suferinţa şi minciunile infidelităţii dacă am renunţa la tirania nefirească a monogamiei?, a întrebat ea. De ce nu putem avea căsnicii construite în jurul nonmonogamiei consensuale, rezolvând astfel problema infidelităţii?" Am văzut în sală mai multe capete mişcându-se aprobator.

Un bărbat de patruzeci şi ceva de ani s-a ridicat, doritor să răspundă. „Uite, eu cred că e OK dacă oamenii vor să facă sex pe unde apucă. Dar hai să nu pretindem că asta e căsnicie! De ce să nu rămâi liber şi celibatar? Căsnicia adevărată înseamnă angajament adevărat."

„Şi de ce trebuie ca angajamentul să fie rezervat unei singure persoane?, a replicat un alt bărbat. Putem să ne luăm angajamente faţă de mulţi prieteni sau copii. De ce nu şi faţă de multe iubite?"

„Nu este acelaşi lucru, a argumentat apărătorul monogamici. Biblia spune că iubirea şi sexul sunt sacre. Nu le poţi împrăştia în stânga şi-n dreapta."

„Dar oricum toată lumea asta face!, a exclamat femeia care a iniţiat dezbaterea, devenită între timp foarte aprinsă. Doar că se minte în legătură cu asta. Diferenţa este că unii acceptăm că monogamia este împotriva firii şi suntem oneşti cu noi înşine şi cu partenerii noştri."

Am înţeles logica din spatele argumentului ei. Dacă monogamia nu este naturală, atunci faptul că le-o impui altora nu le lasă decât o opţiune: să înşele. Dacă nu vrei să mintă, atunci eliberează-i, şi nimeni nu o să sufere.

Când ajungem la dezbaterea „înnăscut versus învăţat", împărtăşesc punctul de vedere al activistului-profesor universitar Meg-John Barker, care a subliniat că relaţiile nu sunt „o chestiune ce ţine de natură sau de educaţie, nu sunt o moştenire genetică sau un construct social. Modul în care formăm relaţii este mai degrabă influenţat de o reţea complexă de aspecte biologice, psihologice şi sociale, imposibil de descâlcit."[89] Natural sau nu, ceea ce ne interesează pe noi este că, în prezent, mulţi bărbaţi şi multe femei sunt de părere că monogamia, tradusă ca exclusivitate sexuală şi emoţională obligatorie, este destul de dificil de menţinut. Prin urmare, poate că a sosit momentul să ne uităm cu alţi ochi la acest subiect.

Totuşi, trebuie să fim atenţi să nu combinăm discuţia despre monogamie cu cea despre

infidelitate. Nu reprezintă acelaşi lucru. Să începem prin a evidenţia câteva diferenţe importante. Infidelitatea reflectă doar un tip de nonmonogamie — tipul nonconsensual. Există însă forme de nonmonogamie consensuală, în care partenerii negociază explicit, trasând graniţele sexuale şi emoţionale ale relaţiilor lor. Totuşi, de aici nu rezultă că nonmonogamia este un scut de protecţie împotriva trădării, a geloziei sau a inimilor frânte. Poate credeţi că în relaţiile deschise nu există adultere, dar lucrurile stau exact invers.

Oriunde există reguli există şi oameni care le încalcă

Ca în comerţul ilegal, când adulterul se legalizează, piaţa neagră suferă o cădere. Dar un lucru nu încetează să mă mire: chiar şi când avem libertatea de a ne îndrepta privirea către alţi parteneri sexuali, tot părem atraşi de puterea interdicţiei. Monogamia poate fi sau nu în natura oamenilor, dar încălcarea regulilor cu siguranţă este.

Orice relaţie, de la cea mai strictă la cea mai tolerantă, are limite, iar limitele invită la nesocotirea lor. încălcarea regulilor este excitantă şi erotică — indiferent dacă acele reguli sunt de genul „o persoană pentru toată viaţa", sau „sexul este OK, dar fără îndrăgostire", sau „foloseşte întotdeauna prezervativul[11], sau „nu-i da voie să ejaculeze în tine", sau „poţi să ţi-o tragi cu alţii, dar numai de faţă cu mine". Prin urmare, există un nivel ridicat de infidelitate în relaţiile deschise, cu tot ce decurge de aici, gelozii şi suferinţe. Dacă dorinţa de a încălca regulile este forţa conducătoare, deschiderea porţii nu îi va opri pe aventurieri să escaladeze gardul.

„Am avut întotdeauna o politică deschisă cu privire la flirturi, mi-a povestit Sophie, dar i-am spus soţului: nu cu studentele sau prietenele mele. Şi el ce a făcut? Nu doar că a ales-o pe una dintre fetele mele de la facultate, dar s-a şi îndrăgostit lulea."

„Facem o diferenţă între sexul pentru iubire şi sexul pentru distracţie, mi-a spus Dominic. Nick era liber să agaţe pe cine voia. Nici nu m-anr gândit vreodată Ia cuvântul «înşelat», până când n-am descoperit că avea o relaţie emoţionala cu un tip din Noua Zeelandă. Adică exact acel gen de relaţie care era rezervat doar pentru noi."

Nonmonogamia etică are la bază principiul încrederii şi al transparenţei. Dar răutatea umană va ataca şi acest principiu. Să luăm cazul lui Marcel, un profesor de sport, în vârstă de patruzeci şi unu de ani. Soţia lui, Grace, profesoară de ştiinţe la acelaşi liceu, a propus de multe ori o structură mai flexibilă a relaţiei lor, în cei zece ani de căsnicie, dar el s-a opus vehement — până când s-a simţit atras de o femeie în timpul unei excursii la munte. Dintr-odată, ideea devenise din respingătoare atrăgătoare, aşa că i-a cerut OK-ul lui Grace, iar aceasta i l-a dat. „I-am fost profund recunoscător, mi-a mărturisit el. în cele din urmă am înţeles ce încercase ea să îmi spună atâta amar de vreme." începând din acea zi, Marcel şi Grace au căzut de acord să aibă o căsnicie deschisă, bazată pe onestitate şi pe comunicare. Când Grace i-a cerut permisiunea de a face amor cu altcineva, i-a venit greu, dar i-a acordat-o şi a descoperit că, „în mod surprinzător", era excitat să o vadă îmbrăcându-se pentru întâlnire. „M-am simţit extrem de mândru de angajamentul pe care ni-1 luasem unul faţă de celălalt şi de cât de departe ajunseserăm", şi-a amintit Marcel.

Totuşi, mândria lui a pălit când un amic a scăpat porumbelul că Grace avea un iubit secret, iar relaţia celor doi începuse după noul acord de eliberare stabilit de cuplu. Când a luat-o la întrebări, surpriza lui s-a transformat în şoc, aflând câte aventuri avea de mărturisit Grace — înainte şi după renegociere. „Iar eu credeam că suntem atât de «evoluaţi»! Câtă naivitate din partea mea! De ce să mă înşele pe la spate, după ce căzuserăm de acord asupra relaţiei deschise?"

Răspunsul este foarte limpede. „îndemnul «foloseşte întotdeauna prezervativul» creşte tentaţia sexului fără protecţie; promisiunea de a nu face sex cu altul în patul conjugal este rapid transformată în parte din aventură... Scopul «nonmonogamiei responsabile» poate într-un final să alimenteze răzvrătirea şi erotizarea"[90], au arătat Katherine Frank şi John DeLamater. în domeniul erotismului, libertatea negociată nu este la fel de incitantă pe cât sunt plăcerile furate.

în caz că vă gândiţi: „V-am spus eu, căsniciile deschise nu funcţionează", să ştiţi că Marcel şi Grace sunt încă împreună şi au în continuare o căsnicie deschisă. Dar idealismul lui s-a temperat şi nu mai vede flexibilitatea ca pe un scut împotriva trădării.

Cum „deschidem monogamia" fără să o distrugem

Lăsând deoparte înşelatul şi minţitul, eu una consider conversaţia despre „nonmonogamia etică“ drept o încercare curajoasă de a ataca paradoxurile existenţiale de bază cu care se luptă fiecare cuplu — siguranţă şi aventură, apropiere şi autonomie, stabilitate şi noutate. Dezbaterea cu privire la monogamie pare să se refere, mai întotdeauna, la sex. Pentru mine, este vorba despre o întrebare mult mai importantă: poate o nouă configurare a angajamentului să ne ajute să obţinem ceea ce filozoful francez Pascal Bruckner numea „improbabila uniune dintre apartenenţă şi independenţă"[91]?

Iris, produsul de treizeci şi ceva de ani al unei căsnicii care a fost pe cât de lungă, pe atât de nefericită, nu are deloc intenţia să se blocheze. Ea doreşte acum „o relaţie intenţională". „Când venim acasă, vreau să ştiu că o facem pentru că dorim asta, şi nu din obligaţie." Vede înţelegerea pe care a facut-o cu Ella ca pe o metodă de consolidare a încrederii reciproce. „Suntem devotate, dar nu suntem una proprietatea celeilalte. Fiecare respectă independenţa şi individualitatea partenerei."

Barney, care acum are cincizeci de ani, a fost căsătorit şi divorţat de două ori, şi a mers la atât de multe şedinţe de terapie, încât nici nu-şi mai aminteşte câte. „Oamenii îmi spun că am probleme cu intimitatea şi cu angajamentul, însă nu este adevărat. Sunt un tip loial, dar e momentul să fiu cinstit: nu sunt monogam. Nu vreau să mă tot străduiesc să le fac tuturor pe plac. Prefer să fiu onest şi să creez o relaţie funcţională, care să fie de la început o relaţie deschisă." „întotdeauna mi-am dorit să am legături profunde cu multe persoane. Şi sunt bisexuală, mi-a explicat Diana, o avocată plină de energie, în vârstă de treizeci de ani. Nu caut doar o partidă de sex în trei de ziua tovarăşului meu de viaţă—vreau o relaţie bazată pe angajament, care să le cuprindă pe toate iubirile mele. Monogamia înseamnă să îi ofer altcuiva drept de proprietate asupra sexualităţii proprii, iar asta este o insultă la adresa valorilor mele, ca feministă."

Partenerul ei de bază, care îi stă alături de treisprezece ani, Ed, un om de ştiinţă, şi el bisexual,

împărtăşeşte aceeaşi opinie. „Niciunul dintre noi nu simte că legătura pe care o avem ar fi ameninţată de faptul că preţuim noutatea şi varietatea. Amândoi apreciem ideea că partenerul de cuplu este o fiinţă sexuală şi niciunul dintre noi nu ar îndrăzni să distrugă dorinţa din celălalt." Totuşi, aceşti părinţi dedicaţi joacă după alte reguli. Diana are câţiva iubiţi constanţi, care, „cumva, fac parte din familia noastră extinsă". Ed, pe de altă parte, este mai înclinat să caute relaţii noi. Odată cu promiscuitatea apar şi riscurile. Astfel că, atunci când Ed are o întâlnire cu un iubit, grija pentru sănătate este pe primul loc. Pentru a garanta alegeri sigure, Diana cercetează pe ascuns. Acestea sunt regulile angajamentului, ce fac ca uniunea lor inovativă să funcţioneze.

Pentru aceşti reformatori romantici, convenţia ar duce la constrângere şi lipsă de onestitate. Ei doresc adevăr, alegere liberă şi autenticitate. De asemenea, îşi doresc o relaţie cu partenerul lor care să nu îi rupă nici de ei înşişi, nici de alte persoane. Vor să ţească o tapiserie împreună, dar fără să îşi rătăcească propriile fire.

Nonmonogamii de azi — cel puţin cei care vin şi iau loc pe canapeaua mea — sunt diferiţi de pionierii „iubirii libere" din anii şaizeci şi şaptezeci. Unii dintre ei sunt copiii divorţaţilor şi dezamăgiţilor. Nu se răzvrătesc împotriva angajamentului per se; ei caută metode realiste, pentru ca jurămintele lor să dureze, şi au decis că aceasta poate include şi alţi iubiţi. Forma pe care o ia procesul respectiv poate varia foarte mult — de la oameni căsătoriţi care îşi dau unul altuia câte un „permis“ din când în când, la swin-geri care fac sex împreună cu alţii, la relaţii stabile formate din trei sau patru persoane, la reţele complexe poliamo-roase ce reconfigurează iubirea şi viaţa de familie.

încrederea, loialitatea şi ataşamentul există în diferite forme. „Experienţe ca acestea pun sub semnul întrebării integritatea monogamiei ca un construct stabil: nu o resping în bloc, ci o desfac în bucăţele, din interior către exterior*'[92], a explicat teoreticiana feministă Shalanda Phillips. în loc să anuleze pur şi simplu monogamia, astfel de nonconformişti ţintesc spre o definiţie holistică, mai maleabilă, a termenului, una care să nu rămână doar pe piedestalul exclusivităţii sexuale. Prin urmare, unii observatori, printre care şi psihologul Tammy Nelson, au caracterizat această mişcare nu ca nonmonogamie, ci ca „noua monogamie** — o schimbare în designul arhitecturii angajamentului.

Desigur, nu este prima dată când regulile conjugale ale angajamentului au fost puse sub semnul întrebării. în ultimele două veacuri, diverse comunităţi au experimentat tot felul de modele. Comunitatea gay a fost în prima linie a bătăliei. Cum modelul oficial heteronormativ nu le-a fost accesibil până de curând, membrii acestui grup au devenit creativi şi au practicat cu mult succes forme nonexclusive de relaţionare. Acum, în era egalitarismului şi a incluziunii, din ce în ce mai mulţi heterosexuali caută aceeaşi libertate. Un studiu recent, publicat în Journal of Sex & Marital Therapy, a arătat că unul din cinci celibatari a experimentat deja o formă de relaţie deschisă.[93]

întâlnesc mulţi oameni implicaţi în acest proces de rede-senare a iubirii. Adeseori cuplurile îmi cer ajutorul pentru a naviga pe terenul nou al relaţiilor multiple. Deocamdată, există puţine scenarii sociale. Toţi improvizăm. Când studiam ca să devin terapeut, definiţia unei relaţii era „un grup format din două persoane". Nu am întâlnit niciodată, pe atunci, cuvintele „trio“ sau

„grup poliamoros", deoarece sistemele relaţionale alternative nu aveau nicio legitimitate. însă toate astea fac parte azi din practica mea curentă.

Unele cupluri sunt interesate să aibă de la început o multitudine de parteneri intimi; alţi oameni, după decenii de exclusivitate, devin curioşi cu privire la trasarea de graniţe noi în jurul cuplului care există de multă vreme. Şi apoi sunt cei care, după dezvăluirea unui adulter, se întreabă dacă deschiderea uşii relaţiei lor nu ar fi o reacţie mai matură la criză decât trântirea porţii, după decenii de viaţă comună.

Toţi încearcă să îmbrăţişeze lucruri imposibil de apreciat. Poate iubirea să fie la plural? Posesivitatea este intrinsecă dragostei, sau este doar un vestigiu al patriarhatului? Gelozia poate fi depăşită? Angajamentul şi libertatea pot coexista?

Poate vă gândiţi: N-o să funcţioneze! Căsnicia e oricum destul de complicată. O să ne distrugă familia! Este rău pentru copii! Exact aceleaşi previziuni se făceau în anii 1980 referitor la cuplurile care îndrăzneau să se angajeze în căsătorii mixte din punct de vedere religios, rasial şi cultural, sau care amestecau familii prin căsătorii succesive. Şi aşa s-a întâmplat la fiecare piatră de hotar a revoluţiei sexuale continue din ultima jumătate de secol. Poate că ar trebui să le dăm inovatorilor conjugali puţin timp, cât să pună lucrurile cap la cap. La urma urmei, bătrâna monogamie chiar funcţionează atât de bine?

Dacă „originalitate relaţionala[1] vă duce cu gândul la un soi de debandadă, vă asigur că, după ce am auzit mii de poveşti despre infidelitate, dezordinea determinată de adulter face ca multe dintre aceste situaţii să pară mai curând bine rânduite. Suferinţele conjugale şi crizele de familie produse de infidelitate sunt atât de vătămătoare, încât ne revine sarcina de a căuta noi strategii, adaptate lumii în care trăim. Nu sugerez că dizolvarea monogamiei reprezintă soluţia optimă în cazul tuturor. Dar este evident că modelul actual nu li se mai potriveşte tuturor. Prin urmare, îi respect pe disidenţii monogamiei şi apreciez contribuţia lor la crearea unor noi modele de relaţionare.

Redefînirea fidelităţii

>

Pentru a ne angaja într-o analiză constructivă a monogamiei, trebuie să privim dincolo de chestiunea prozaică a numărului de parteneri sexuali pe care are voie să îi aibă cineva şi să ne lansăm într-o examinare mai profundă a fidelităţii. După cum argumenta ziaristul pe teme de sex Dan Savage, este reducţionist să faci din exclusivitatea sexuală unicul reper al devotamentului. Lui Savage îi place să ilustreze asta cu povestea unei femei măritate a cincea oară, care l-a acuzat pe amant că nu îşi respectă obligaţia asumată, pentru că el şi soţul lui fac sex şi cu altele, deşi sunt împreună de douăzeci de ani. „Care dintre noi doi îşi respectă mai bine angajamentele?"

Stând în biroul meu alături de soţia lui, Amelia, după dezvăluirea adulterului, Dawson şi-a exprimat aceeaşi frustrare. „Ţi-am fost fidel douăzeci şi cinci de ani. Primii douăzeci şi patru au

ilustrat o monogamie fericită. Ultimul a fost fericit, cu adăugarea unei alte femei. Dar loialitatea mea nu a oscilat. Am fost aici pentru tine. Când fratele tău a locuit cu noi un an, cât s-a tratat pentru dependenţa de alcool, când ai avut cancer de sân, când a murit tatăl tău, am fost mereu prezent. îmi pare foarte rău. Nu am vrut să te fac să suferi. Dar dacă îmi măsori fidelitatea numai după locul unde îmi înfig penisul e ca şi cum restul nu ar avea nicio importanţă."

Pentru multe persoane, exclusivitatea sexuală este imposibil de separat de stabilitate, siguranţă, angajament şi loialitate. Pare inimaginabil să putem obţine acele virtuţi într-o relaţie mai permisivă. Totuşi, după cum a afirmat psihiatrul Stephen B. Levine, schimbarea valorilor este parte integrantă din experienţa vieţii. O acceptăm când vine vorba despre valorile noastre politice şi religioase, precum şi de cele profesionale. De ce nu am face-o şi în privinţa celor sexuale? Levine ne invită să recunoaştem că „valorile noastre se schimbă pe măsură ce ne maturizăm, evoluând de la înţelegerea aspectelor morale şi etice în termeni absoluţi de alb/negru la înţelegerea ambiguităţii gri a majorităţii lucrurilor".[94]

Şi dacă ar fi să considerăm fidelitatea ca pe o constantă relaţională care presupune respect, loialitate şi intimitate emoţională? Poate include sau nu exclusivitate sexuală, în funcţie de înţelegerile partenerilor. Când ne gândim la o

redefinire, să nu-i ignorăm pe cei care sunt deja implicaţi în proiect.

Pluraliştii romantici de azi s-au gândit mai intens decât numeroase cupluri monogame la sensul fidelităţii, al sexualităţii, al iubirii şi al angajamentului-şi, ca urmare, sunt adeseori mai aproape unii de alţii. Ceea ce îmi atrage atenţia în multe dintre soluţiile găsite de ei pentru „a fi împreuna[1] este că acestea nu sunt frivole. Contrar stereotipurilor cu oameni plictisiţi, imaturi, obsedaţi de angajamente, care se implică în aventuri triviale, aceste experimente de viaţă sunt construite pe comunicare atentă şi analiză. Dacă m-au învăţat ceva, acest lucru e că merită cu prisosinţă să porţi discuţii sincere despre subiectul monogamiei şi despre natura fidelităţii, indiferent dacă ele duc sau nu la o căsnicie deschisă.

Cercetând monogamia

într-o cultură care acordă atât de multă importanţă monogamiei şi ataşează consecinţe atât de grave încălcării ei, ne-am putea gândi că aceasta ar fi prima temă de discuţie. Dar pentru numeroşi oameni, chiar şi formularea chestiunii pare riscantă. Dacă avem nevoie să vorbim despre asta, atunci e ca şi cum am recunoaşte că iubirea nu ne-a îmblânzit irevocabil dorinţele hoinare. „Mă văd cu tipul ăsta de numai câteva luni şi ieri m-a întrebat, într-o doară, dacă chiar ţin la monogamie. Mesajul este destul de clar: nu mă iubeşte la nebunie."

în plus, dacă credeaţi că infidelitatea era un subiect polarizant, atunci aflaţi că monogamia îl depăşeşte. E una dintre situaţiile acelea „pentru sau împotrivă?" Oamenii se duc imediat la noţiunea de „închis" sau „deschis", prinşi într-o perspectivă binară. Ori te culci doar cu partenerul, ori te culci cu toată lumea. Nu există grade — nu poţi fi majoritar monogam sau nouăzeci şi cinci la sută fidel. Dan Savage a încercat „să rotunjească colţurile" cu termenul monoga-mish, care semnifică faptul că fiecare rămâne angajat faţă de celălalt, dar face loc şi

pentru un al treilea, indiferent dacă e vorba de fantezie, aventuri, triouri amoroase, petreceri sexuale sau flirturi pe Grindr. Pacientului meu Tyrone îi place termenul, pentru că, după cum mi-a explicat, „cuprinde ideea că există o fidelitate fundamentală în par-teneriatul nostru de cincisprezece ani, dar e loc şi de puţină frivolitate şi flexibilitate, ceea ce mi se pare extraordinar".

Monogamia este orice altceva, numai monocromatică nu, mai ales în epoca digitală. Azi, fiecare dintre noi îşi negociază marca specifică. Noi decidem dacă aceasta ne permite să fantazăm la altcineva în timp ce facem dragoste cu partenerul, să avem orgasme extraconjugale, să ne bucurăm de amintirile unei tinereţi aventuroase, să ne uităm la filme porno, să trimitem SMS-uri cu tentă sexuală, să folosim diferite aplicaţii deocheate etc. Cu alte cuvinte, monogamia există ca un continuum. Când îi întrebi pe oameni dacă sunt monogami, îţi sugerez să îi întrebi mai întâi cum definesc ei, de fapt, monogamia.

Tammy Nelson a făcut observaţia pertinentă că majoritatea cuplurilor trăiesc cu două contracte de monogamie separate. Contractul explicit îl reprezintă declaraţia lor oficială, de genul jurămintelor de la cununie, şi defineşte regulile publice ale parteneriatului. în schimb, despre contractul implicit nu se vorbeşte şi „poate că nu va fi niciodată discutat pe faţă, nici înainte de ceremonia în care se face angajamentul, şi nici după“. Este o oglindă a valorilor culturale, religioase şi personale. Nelson afirmă că, în contradicţie cu atitudinea publică unitară, cuplurile tind să aibă viziuni foarte diferite despre monogamie şi că, „adeseori, o ciocnire bruscă între contractele implicite ale fiecărui partener grăbeşte criza conjugală".[95] în domeniul nostru, această ciocnire presupune, de obicei, o relaţie extracon-jugală. Prin urmare, preferăm să spunem ceea ce aprobă societatea şi ce vrea să audă partenerul, păstrând adevărul pentru noi înşine. Nu pentru că suntem prin natura noastră mincinoşi, ci pentru că trăim într-o cultură care oferă puţin spaţiu pentru acest tip de onestitate.

Până acum, monogamia era cadrul-standard şi pornea de la premisa că, dacă iubeşti cu adevărat, nu mai eşti atras de alţii. Iată motivul pentru care adeseori este nevoie de o aventură sau de o trădare pentru a începe discuţia. Odată ce ficţiunea a suferit o fisură şi nu o mai protejaţi, puteţi începe să creaţi împreună cu partenerul o naraţiune mai apropiată de adevăr. Dar ar fi minunat dacă acest lucru nu ar fi întotdeauna grăbit de criză. învăţând din experienţa homosexualilor, Savage a sugerat că monogamia ar trebui să fie o variantă pe care să o alegi dintre mai multe altele. Dacă oamenii ar primi mai multe oportunităţi pe care să le evalueze, a explicat el, poate că unii nu ar fi ales monogamia, şi atunci nu ar fi fost în pericol să se facă vinovaţi de adulter. în loc să îi penalizăm pe cei care pică testul-standard al monogamiei, ar trebui să recunoaştem că testul este exagerat de dificil. Savage este un pragmatic minunat, dar şi un filozof, în ciuda opiniilor lui aparent frivole. El subliniază un aspect atât evident, cât şi profund. Este natural să avem sentimente şi dorinţe pentru alţii şi să putem alege dacă acţionăm sau nu în baza acestora.

Cel de-al treilea

Sunt oare iubirea şi sexul resurse limitate, care, la un moment dat, se termină? Sau sexul cu alte persoane este o investiţie riscantă, dar cu beneficii foarte mari, care aduce dividende erotice

neaşteptate? în trecut, teama din spatele monogamiei era că o să ajungi să hrăneşti copii care nu sunt ai tăi. Acum, când avem metode contraceptive şi teste de paternitate pentru a rezolva această problemă, oare de ce ne mai temem? Pentru mulţi oameni, totul se reduce la atât: angajamentul intim de azi se bazează pe iubire. Austeritatea datoriei a fost înlocuită de emoţii fluctuante. Dacă ne apropiem prea tare de ceilalţi, unul dintre noi se poate îndrăgosti de altcineva şi poate pleca. Există groaza că, dacă slăbim şurubul monogamiei, chiar şi puţin, până şi cea mai puternică legătură se va rupe.

Ceea ce încearcă să îmi spună (şi să îşi spună) avangardiştii este că adevărul stă exact pe dos. Ei cred că, dacă se supun constrângerilor monogamiei, sunt mai predispuşi să o ia la fugă. După părerea lor, cu cât au mai multă libertate, cu atât relaţiile lor vor fi mai stabile.

Pentru Kyle şi Lucy, teoria pare să stea în picioare. Povestea lor a început ca o aventură la nivelul gândurilor. Kyle este inginer, are aproape cincizeci de ani şi locuieşte în Minneapolis. întotdeauna a avut fantezii ce presupuneau invitarea unui al treilea personaj în relaţia lui — mai precis, un bărbat care să facă sex cu soţia lui, în timp ce el i-ar privi. într-o zi, a găsit curajul de a-i şopti lui Lucy scenariul său preferat, în timp ce făceau dragoste. Observând că vorbele lui o excitaseră, a simţit că „trecuse la un nivel superior al căsniciei ". Jocul lor sexual a continuat opt ani.

Apoi Kyle a început să tânjească după ceva mai puţin efemer. Prezenţa unui al treilea era foarte excitantă şi, în plus, i se părea că reprezintă o pavăză contra adulterului. „Ştiu că e dificil să fii credincios şi să rămâi interesat de o singură persoană o viaţă întreagă. Dar trebuie să existe o metodă mai bună decât «trădarea» tipică."

într-o zi, în al nouălea an, Lucy, designer de interior, o femeie plină de viaţă şi mamă a doi copii, a întâlnit în metrou un străin fermecător şi a intrat în vorbă cu el. A invitat-o la operă. Ea i-a trimis un SMS lui Kyle, între-bându-1: „Să merg?", iar el i-a răspuns: „Da, dar cumpără un bilet şi pentru mine." în acea seară, şi-a amintit soţul, „Am stat în spatele lor, incognito. Eram curios să văd dacă o atinge."

Peste câteva luni, Lucy a primit o propunere din partea altui bărbat, mai tânăr —sex, fără alte complicaţii. „Am încurajat-o să intre în acea relaţie, mi-a povestit Kyle. Din acel moment, viaţa noastră sexuală, care se cam deteriorase după naşterea copiilor, a devenit extraordinară." Lucy voia să fie sigură că el chiar era de acord cu asta, prin urmare făceau dragoste de fiecare dată înainte ca ea să plece. Când se întorcea, Kyle trebuia să afle toate detaliile, iar soţia sa nu avea nicio problemă să i le spună, dacă făceau din nou dragoste. Au dus şi mai departe lucrurile luna trecută, când Lucy a mers la un hotel cu iubitul ei, iar Kyle a închiriat camera de alături, de unde să asculte totul. „Când el a plecat, Lucy a venit la mine."

Kyle şi Lucy savurează împreună încălcarea normelor culturale în general — nu a celor stabilite între ei. îşi aparţin unul altuia nouăzeci la sută din timp; ocazional, mai deschid uşa. Schema lor menţine idealul relaţiei binare şi al fidelităţii, dar într-o formă neortodoxă. Este o excursie limitată, sigură, care poate reprezenta o pavăză împotriva adulterului. Jocul cu alţii sporeşte pasiunea dintre ei.

în studiul pe care l-am făcut cu privire la dorinţă, există o întrebare pe care am pus-o oriunde am mers în lume: „Când te simţi cel mai atras de partener?" Unul dintre cele mai frecvente răspunsuri a fost: „Când şi alţii sunt atraşi de el.“ Ideea de triunghi este extrem de erotică, motiv pentru care astfel de poveşti sunt mult mai puţin neobişnuite decât ne-am putea aştepta. Deschiderea unei relaţii nu scade întotdeauna intimitatea cuplului; uneori, ajută la consolidarea acesteia. Fantezia de a invita un al treilea cunoaşte variaţii — la nivel imaginar, prin punerea în scenă, ca spectator, ca participant, aşteptând acasă, ascultând în spatele uşii, savurând relatarea detaliată.

„Monogamia şi nonmonogamia se alimentează una pe cealaltă şi sunt strâns legate", a explicat terapeuta Dee McDonald. Tema ei de studiu sunt swingerii, dar eu aş extinde observaţia la multe cupluri: sexul cu alţii nu înseamnă doar să fii cu alţii. „Poate că este mai potrivit să spunem că avem de-a face cu o metodă complexă, poate chiar periculoasă, de a-1 tachina şi excita pe partenerul de bază..."[96] McDonald a formulat o întrebare pertinentă: „Când cuplurile interacţionează fizic cu un al treilea, dar interacţionează fizic şi emoţional doar între ei, cine cu cine face sex?"[97]

Situaţiile în care cuplurile folosesc parteneri din afară pentru a-şi creşte libidoul sunt destul de frecvente, dar nu durează întotdeauna. După un deceniu de căsnicie care a inclus sex recreaţional în diferite configuraţii, Xavier şi Phil au ajuns la concluzia sumbră că întreaga lor viaţă sexuală s-a epuizat, lăsând un vid între ei.

După multe standarde, aceşti doi bărbaţi tineri trăiesc o viaţă bună. Sunt incluşi fiecare în familia celuilalt, sunt înconjuraţi de o comunitate puternică, şi-au făcut o casă şi un cerc larg de prieteni. Fiecare este interesat de cariera celuilalt —Xavier, chintesenţa hipsterului cu barbă, are o ciocolaterie vegană, iar Phil este fondatorul unei unităţi de economie colaborativă pentru proaspeţii antreprenori.

Sunt membri ai unui grup închis de tineri gay şi, prin urmare, fac mult sex, adeseori unul în prezenţa celuilalt, dar rareori între ei. „Chiar şi la aniversarea noastră, când am invitat pe cineva la o partidă de sex în trei, aproape că nu ne-am atins“, mi-a povestit Xavier. „Şi ce înseamnă asta pentru tine?“, l-am întrebat. S-a întors spre Phil şi a spus: „Simt că faci eforturi ca să nu mă simt exclus, dar nu e acelaşi lucru cu a mă simţi inclus.“ Un timp, energia sexuală a întâlnirilor lor colective a mascat lipsa de pasiune dintre ei, însă aceasta a devenit inevitabilă. Phil a protestat, zicând că nu e chiar aşa de rău — sigur era doar o fază, un flux şi reflux natural. „Nu caut să te înlocuiesc", a insistat el. Dar Xavier s-a arătat descumpănit. „Problema nu este că alegem alte persoane pe lângă noi doi, ci că alegem alte persoane în loc să ne alegem pe noi.“ Din păcate, pentru acest cuplu, externalizarea sexului a condus la un recul în relaţia de acasă.

închiderea graniţelor este o opţiune la care Xavier şi Phil nu vor să se gândească. Eu le-am sugerat că limitarea temporară a experienţelor cu parteneri din afara cuplului ar putea fi o soluţie, până când îşi regăsesc pasiunea internă. Nonmonogamia consensuală necesită atât diversitate, cât şi intimitate sexuală, încălcări ale regulilor şi bariere. Cei doi au preferat varietatea în locul închiderii, însă asta le vlăguieşte relaţia.

Păstrarea relaţiilor sexuale doar pentru partener nu este singura metodă de a strânge legătura. Dar când decidem că nu sexul va fi graniţa care ne va separa de ceilalţi, suntem obligaţi să ne gândim la indicatori alternativi pentru a defini ce rămâne special. Filozoful Aaron Ben-Zeev a făcut o distincţie între două modele de relaţie, unul definit de exclusivitate, iar celălalt de unicitate. Primul se focalizează pe ceea ce este interzis cu altcineva, în timp ce al doilea se concentrează pe ceea ce este special la persoana iubită. Unul subliniază consecinţele negative; celălalt, posibilităţile pozitive.[98] I-am rugat pe Xavier şi Phil să se gândească: „Dacă sexul îl împărţiţi cu alţii, ce este singular pentru voi doi?“ Faptul că analizează împreună această problemă îi ajută să recâştige terenul comun, fără să renunţe la libertate.

Regulile nonmonogamiei

Pentru ca angajamentul să capete un nou sens pe lângă exclusivitatea sexuală, trebuie să discutăm despre limite. Nonmonogamii nu se aruncă pur şi simplu într-o sexualitate haotică, ci, mai degrabă, mulţi dintre ei stabilesc înţelegeri relaţionale explicite, la fel de precise ca într-un document legal. Temele comune includ stipulări referitoare la onestitate şi transparenţă; unde şi cât de des pot avea loc întâlnirile cu alţi iubiţi; cine pot fi ei şi care sunt activităţile sexuale specifice permise cu aceştia; gradele de implicare emoţională; şi, evident, reguli privitoare la protecţie. Ally, Tara şi Richie formează un triunghi amoros. Locuiesc şi dorm împreună şi, de asemenea, fiecare este liber să „se joace“ cu alţii. „Avem o singură regulă, a explicat Ally: folosirea prezervativelor cu toţi partenerii din afară. Noi trei facem schimb de fluide interne, deci, dacă unul singur îşi asumă vreun risc, ne pune pe toţi în pericol."

„Fluid" este un cuvânt important în aceste discuţii, şi nu doar referitor la corp. Limitele din aceste contracte carnale sunt mai fluide decât restricţiile rigide din monoga-mia tradiţională, fiind gândite astfel încât să fie inclusive şi adaptabile. Această distincţie a fost foarte bine surprinsă de cercetătorul şi activistul Jamie Heckert, care a subliniat diferenţa dintre limite şi graniţe:

în timp ce graniţele sunt definite drept corecte tară niciun semn de întrebare, limitele reprezintă ceva corect la un moment dat, pentru anumiţi oameni implicaţi într-o anumită relaţie... Graniţele pretind autoritatea incontestabilă şi rigidă a legii, limitele au o fluiditate şi o deschidere spre schimbare; sunt mai degrabă malul unui râu şi mai puţin un canal de piatră. Graniţele îţi cer să le respecţi, limitele te invită la asta. Graniţele îi separă pe cei doriţi de cei nedoriţi, limitele respectă diversitatea dorinţelor."

Limitele variază foarte mult de la o relaţie la alta, dar şi între membrii cuplului. Partenerul A poate accepta ca Partenerul B să facă sex cu altcineva, dar preferă să nu se sărute cu acea persoană, în timp ce Partenerul B poate accepta ca Partenerul A să facă orice doreşte el. Partenerul C nu vrea să ştie prea multe — vrea doar un SMS, ca să nu fie luat prin surprindere. Partenerul D doreşte să i se povestească detaliile cele mai mărunte, în timp ce o ţine în braţe pe iubita „de baza*. Aceste preferinţe diferite vorbesc despre ceea ce bine-cunoscuta autoare contemporană Tristan Taormino numeşte „mitul egalităţii” — presupunerea obişnuită din relaţiile convenţionale că fiecare partener are aceleaşi nevoi şi dorinţe. Egalitatea, a explicat ea, a devenit sinonimă cu simetria, făcând cuplurile să treacă peste diferenţele care există, teoretic, între nevoile lor sexuale şi sensibilităţile lor emoţionale.[100] în aceste noi contracte, nu se cere

simetrie, dar se cere acord reciproc.

Unele cupluri duc asta un pas mai departe, cu privilegiul pluralităţii aplicat unui singur partener, pe când celălalt rămâne exclusiv. „Am ştiut întotdeauna că pot separa lucrurile, dar soţul meu, Jerome, nu poate, mi-a mărturisit Celine. Eu sunt monogamă emoţional. Pot să am tot felul de aventuri, nu ne vor pune în pericol relaţia, însă el este un romantic adevărat. Jerome pică în le grand amour. Ştiu asta, am fost ultima lui relaţie extraconjugală. Se întâmpla acum treizeci de ani, dar el nu s-a schimbat între timp. Dacă s-ar îndrăgosti de altă femeie, ar vrea să o ia de la capăt — căsătorie, copii etc. Aşadar e foarte riscant." Jerome ştie şi el asta, astfel că a acceptat aranjamentul asimetric. „La început, a fost greu pentru el, mi-a povestit Celine, deoarece voia ca atenţia mea să îi fie dedicată doar lui, însă eu cred că i-au plăcut situaţiile în care veneam acasă deja energizată. Nu mai era nevoie să îi dau explicaţii."

Jax, producător muzical, în vârstă de treizeci şi patru de ani, şi-a dezvăluit homosexualitatea doar spre douăzeci de ani. Când s-a mutat cu Emmett, primul lui iubit serios, nu era pregătit să suporte un nou set de restricţii. „Emmett este mai în vârstă şi s-a distrat mulţi ani — e gata să se liniştească. îl iubesc, dar eu nu vreau să mă liniştesc. în plus, sunt pasiv, iar Emmett nu doreşte să mă domine. Am căzut de acord că pot merge în altă parte pentru a-mi rezolva aceste nevoi." Jax şi Emmett, asemenea lui Celine şi Jerome, practică ceea ce psihologul Michael LaSala numeşte „o monogamie a inimii".

Deşi înţelegerile inegale pot fi reuşite în unele cazuri, ele funcţionează cel mai bine când se bazează pe preferinţe diferite, şi nu pe dezechilibrul de putere. Libertatea sexuală este un simbol al puterii într-o relaţie, la fel ca banii, vârsta, experienţa, încrederea şi statutul social. Tyler, un foarte bun jucător de baschet în urmă cu aproape douăzeci de ani, a venit să mă vadă, cu iubita lui, Joanie. Erau împreună de şase luni, iar ea renunţase la viaţa din New York şi se mutase în celălalt capăt al ţării ca să fie cu el. Avea doar douăzeci şi unu de ani, absolvise artele plastice şi încerca „să îşi dea seama cine vrea să fie". Tyler era la pupitrul de comandă — oraşul lui, banii lui, cariera lui. Când a aflat că bărbatul se mai vedea cu o fostă iubită, Joanie nu a fost deloc încântată.

Tyler a încercat să-şi prezinte intr-un mod favorabil aventura: „Nu o alegeam pe ea în locul tău, însă mi-ar plăcea să ne distrăm împreună." Deşi, în principiu, Joanie nu se opune apariţiei unui al treilea partener, o deranjează că a înşelat-o şi apoi a încercat să dreagă lucrurile.

Pentru mine, ceea ce iese în evidenţă sunt multiplele dezechilibre de putere din acest cuplu, care fac ca propunerea lui să fie mult mai puţin echitabilă decât vrea să recunoască Tyler. Negocierea lor cu privire la fluiditate a fost compromisă, pentru că femeia este prea vulnerabilă. Nonmonogamia are nevoie de bază şi încredere egale. Un cuplu trebuie să acţioneze la unison când decide să intre într-o relaţie deschisă. Ambele părţi trebuie să simtă că aleg dintr-o poziţie de egalitate.

Nonmonogamia de succes înseamnă ca doi oameni să împartă în mod egal angajamentul şi libertatea. în relaţia lui Joanie şi Tyler, presimt că se vor polariza foarte uşor, că ea va deveni protectoarea uniunii, iar el, luptătorul pentru libertate. El se va teme mai mult să nu se piardă pe sine; ea se va teme mai mult să nu îl piardă pe el. Noul lor contract nu va funcţiona decât dacă va

ajuta la depăşirea acestei dileme umane, şi nu la accentuarea ei.

Bănuielile mele au fost confirmate când am cercetat mai departe, iar Tyler a recunoscut că, de fapt, se gândea că deschiderea relaţiei era rezervată pentru el, deoarece iubita lui nu se dă în vânt după sexul cu parteneri întâmplători. „Se implică emoţional mult mai tare, mi-a explicat el, deci nu cred că trioul ar funcţiona pentru Joanie." în cabinetul meu am văzut mulţi bărbaţi care mi-au spus o versiune sau alta a acestei poveşti. Foarte frecvent, ei justifică totul prin argumentele îndoielnice conform cărora diversitatea sexuală este „mai naturală" pentru bărbaţi decât pentru femei. Ce bine îi aranjează asta! De obicei, sunt şocaţi când le spun că aranjamentul „progresiv" pe care îl caută este, de fapt, destul de regresiv — poligamia. Nu are cum să urmeze nimic bun când un bărbat îşi impune amanta în faţa soţiei.

în conversaţiile mele cu Joanie am subliniat faptul că, până când nu se va simţi mai stăpână pe situaţie, nu va avea sentimentul că poate alege liber. Pe măsură ce discuţiile noastre au avansat, am văzut că începe să se relaxeze şi să aibă încredere în propriile instincte. Tyler a acceptat provocarea mea — în special când i-am spus că nu ştim cu adevărat „după ce se dau în vânt" femeile, deoarece nu li s-a permis niciodată să verifice asta. I-am lăsat pe amândoi cu multe informaţii la care să se gândească şi despre care să vorbească. Inegalitatea, genul, puterea şi o bază solidă sunt subiecte care trebuie abordate — toate — înainte de a pune în discuţie modul în care începem o relaţie deschisă.

Testarea noilor familii

Schimbarea culturală către relaţii mai cuprinzătoare nu se referă doar la extinderea frontierelor sexuale; ea face parte dintr-o mişcare complexă din societate, prin care se rei-maginează definiţia familiei. Liniile care erau cândva trasate de legăturile de sânge şi înrudire sunt acum împinse în toate direcţiile, căci oamenii divorţează, se recăsătoresc, divorţează din nou, locuiesc împreună, folosesc donatori şi mame-surogat, amestecă familiile. Alice a fost condusă la altar de tatăl ei natural, dar şi de tatăl ei vitreg. Inga şi Jeanine l-au invitat pe donatorul de spermă să devină naşul fiului lor. Sandy a optat pentru o adopţie deschisă şi a rămâne în contact cu gemenii ei, care sunt crescuţi de Jo şi Lincoln. Madeleine a devenit mamă pentru prima dată la cincizeci şi doi de ani, graţie unei donatoare de ovule. Drew are cinci fraţi din patru căsătorii, trei relaţii extraconjugale, trei religii şi strămoşi de trei rase. Niciunul dintre aceste exemple nu mai provoacă astăzi mirarea — aşadar, de ce ne-ar surprinde că Drew trăieşte cu un sentiment de scepticism în ceea ce priveşte monogamia de modă veche?

Poate că nu va trece mult timp până când vom fi de acord cu un aranjament precum al Nilei, potrivit căruia iubita ei, Hanna, locuieşte cu soţul şi cu cei trei copii ai primei femei, pentru a da o mână de ajutor când Nila e în călătorii în interes de serviciu. Sau cazul lui Oliver, al cărui iubit, Andres, vine peste weekend în vizită, iar atunci soţia, Cara, se mută în alt dormitor. Prima reacţie a fiului lor, student, a fost: „A, deci tata are un iubit? Mami, nu vrei şi tu o iubită?" Sau aranjamentul lui Kelli şi Bentley, care s-au mutat cu un alt cuplu pentru a deveni o familie formată din patru persoane şi a-şi creşte copiii împreună, în fiecare dintre aceste noi înţelegeri relaţionale vedem de aproape mutaţia de la structuri sociale moştenite la improvizaţii originale.

Aceste forme noi aduc dileme noi. în cadrul unei şedinţe la Londra, i-am întâlnit pe Deborah şi William, de patruzeci şi ceva de ani, căsătoriţi de multă vreme, şi pe iubita lor, Abigail, doar cu puţin mai tânără, cu care au o relaţie de doi ani şi al cărei ceas biologic bate foarte tare. Uniunea lor neconvenţională a fost o frumoasă poveste de dragoste, dar acum sunt într-un impas. Abigail vrea un copil; Deborah, mamă a trei copii, de-abia aşteaptă să mai aibă un bebeluş în casă, însă nu doreşte ca William să fie tatăl biologic. Este un aspect pe care l-au păstrat doar pentru ei doi. O altă problemă e că William nu vrea ca Abigail să facă sex cu alţi bărbaţi. Prin urmare, ce îi rămâne de făcut? Şi-a congelat ovulele şi se gândeşte la diverşi donatori, dar se luptă cu o întrebare existenţială mai profundă: „Eu doar asist la viaţa lor, sau construim o viaţă împreună, toţi trei? Care este locul meu în această relaţie?" Abigail îşi doreşte legitimitate, dar nu ştie cum ar putea să arate asta.

Multe persoane caută un loc sigur în care să îşi analizeze sentimente precum gelozia, fără să li se spună că însăşi prezenţa lor este dovada că grupurile de acest gen nu funcţionează. Alţi oameni caută îndrumare cu privire la complicaţiile onestităţii totale care conduce o viaţă aflată la limita relaţională.

Dacă există o persoană care a trăit într-un astfel de spaţiu, ea este Diana Adams. Avocată, în vârstă de treizeci şi cinci de ani, aceasta susţine cu pasiune relaţiile şi familiile alternative. Doreşte să le ofere cât mai multă stabilitate legală cu putinţă, ajutându-le să facă înţelegeri clare şi aplanând conflictele care apar. în viaţa personală, Diana şi partenerul ei, Ed (pe care l-am întâlnit mai înainte, în acest capitol), sunt activi în comunitatea poliamoroasă.

Practicanţii poliamorului (cuvântul englezesc a intrat, în 2006, în Dicţionarul Oxford) pun accent pe crearea unor relaţii profunde, spre deosebire de cei care caută aventuri întâmplătoare sau pe termen scurt. Ei împart cu mulţii lor parteneri nu doar sex, ci şi iubire, plus viaţa de familie. Obişnuiesc să-şi caracterizeze stilul de viaţă ca fiind o experienţă serioasă, ce implică prezenţă activă, maturitate şi multe discuţii — de unde şi gluma frecvent întâlnită în cercurile lor: „Swingerii fac sex. Poliamoriştii fac conversaţie."

Lăsând gluma la o parte, poliamorul este o mişcare ce a luat avânt în Statele Unite şi în întreaga lume. Mulţi dintre cei care aleg acest stil de viaţă o fac dintr-o pornire antre-prenorială care aspiră la o libertate mai mare de alegere, la autenticitate şi flexibilitate. Deci, nu este de mirare că întâlnim concentraţii mai mari de poliamorişti în focare ale culturii start-up, cum ar fi Silicon Valley.

Mi-a trecut adesea prin cap că stilul de viaţă poliamo-ros înseamnă mai mult decât sex şi libertate. Este un nou tip de construcţie comunitară. Reţeaua sa flexibilă de ataşamente, incluzând figuri parentale multiple, este o încercare de a contrabalansa izolarea simţită de atâtea cupluri moderne, prinse în capcana modelului mononuclear. Aceşti iubiţi „diversificaţi" caută un nou sentiment al colectivităţii, al apartenenţei, al identităţii — ceea ce ar fi primit de la instituţiile sociale şi religioase tradiţionale.

Oricât de atrăgător ar fi, etosul modern al individualismului ne lasă copleşiţi de incertitudine. Poliamorul caută să onoreze aceste valori, în timp ce le plantează într-un context comun.

Desigur, acest lucru are propriile provocări. După cum scria Pascal Bruckner, „Libertatea nu ne eliberează de responsabilităţi, ci le măreşte. Nu ne uşurează povara, ci ne încarcă şi mai tare. Multiplică paradoxurile mai degrabă decât rezolvă problemele. Dacă această lume pare uneori brutală, motivul stă în «emanciparea» ei şi în faptul că autonomia fiecărui individ se loveşte de a altora, fiind afectată de aceştia: niciodată oamenii nu au fost nevoiţi să poarte pe umeri atât de multe constrângeri."[101] Ciocnirea dintre autonomii ameninţă fiecare poveste de dragoste modernă, dar, în poliamor, ea poate produce un accident în lanţ.

Când regulile sunt încălcate, rezultatul se propagă în reţeaua relaţională. Infractorul trebuie ostracizat de întreaga comunitate? Dacă, de pildă, unul dintre iubiţii tăi te „înşală", având o relaţie secretă când regula fusese onestitatea deplină, oare ceilalţi iubiţi ai tăi trebuie să rupă şi ei relaţia cu acesta? Şi cum mai ţii socoteala atâtor relaţii diferite? Un prieten poliamorist a povestit cum, la un moment dat, schimba SMS-uri sexuale cu un nou iubit, fiind convins că amândoi erau liberi să se vadă şi cu alte persoane. Apoi a aflat, de la un amic comun, că respectivul avea o iubită cu care căzuse de acord asupra monogamiei. „M-a afectat foarte mult. Schimbând SMS-uri sexuale cu mine, înşela. Fără să vreau, devenisem parte a unei infidelităţi, iar asta m-a terminat pur şi simplu.“

Poliamoriştii tind să ataşeze o valoare morală foarte mare angajamentului lor pentru transparenţă şi libertate individuală— de fapt, mulţi sunt ferm convinşi că se află într-o situaţie mai onorabilă decât monogamii care mint şi înşală. Analiştii fenomentului subliniază natura privilegiată a stilului lor de viaţă, aureolat de simţământul că au dreptul la fericirea deplină.[102] Totuşi, este uşor să subestimezi gradul de autocunoaştere pe care îl solicită această încălcare creativă a limitelor. Libertatea aduce cu sine o povară: aceea de a şti ce vrem. Indiferent cum ar fi, experimentul poli-amoros este un vlăstar natural al tendinţei societăţii de a merge către un nivel mai dezvoltat de libertăţi personale şi exprimare a sinelui.

Oare vom apuca ziua în care o formă de căsătorie de grup va deveni acceptată, cu trei sau patru persoane care vor spune „Da“ în faţa ofiţerului de stare civilă? Poate. Dar, între timp, Diana Adams este mai interesată să vadă crescând măsurile de protecţie socială pentru familiile alternative. Căsătoriile între persoane de acelaşi sex au fost o victorie importantă pentru drepturile homosexualilor şi au deschis o discuţie culturală despre definiţia căsătoriei şi a iubirii, dar, spune ea, nu trebuie să uităm că mişcarea a fost şi „o critică mai ciudată la adresa familiei de tip clasic şi a sexualităţii monogame tradiţionale". Acelaşi lucru e valabil pentru insurgenţii monogamiei. în loc „să băgăm cu forţa oamenii în instituţia căsătoriei", a explicat Adams, „noi dorim ca instituţiile statului să nu mai decidă dacă primeşti avantaje fiscale, asigurare de sănătate şi statut de imigrant în funcţie de persoana cu care faci sex.“[103]

Gândurile ei mi-au amintit de Michael Shernoff, psiholog şi activist gay, care a analizat critic trecerea de la „bărbaţi gay care transformă societatea americană" la „bărbaţi gay ce se impun în societatea americană prin metode conservatoare şi heteronormative". El lăuda nonmonogamia consensuală ca fiind „o parte plină de viaţă, normativă şi sănătoasă" a comunităţii gay, dar îşi exprima îngrijorarea că apariţia căsătoriei gay ar putea deplasa această „tradiţie venerabilă, multigeneraţională" spre categoria adulterului. „Cuplurile care negociază cu succes nonexclusivitatea sexuală sunt, indiferent dacă o conştientizează sau nu, cu adevărat

subversive, într-unul dintre cele mai constructive moduri cu putinţă, atacând concepţia patriarhală conform căreia există un singur mod «corect» şi «legitim» (hetero-normativ) în care trebuie să se desfăşoare relaţiile."[104]

într-o vreme, monogamia era un subiect care nici măcar nu se discutase în cabinetul terapeutului, dar azi, la mine, una dintre întrebările de rutină pentru cupluri sună la modul: „Care este contractul vostru referitor la monogamie?" Cândva, căsătoria fără virginitate era de neconceput. La fel, sexul fără căsătorie. Acum, depăşim o nouă frontieră, care presupune că poate exista sex în afara căsniciei. Oare cultura noastră e gata pentru această noţiune eretică: o relaţie poate fi întărită mai degrabă decât distrusă de limite fluide? Să fie oare sfârşitul monogamiei? Sau este doar un alt pas în lunga istorie a redefmirilor?

CAPITOLUL 15 După furtună

Moştenirea unui adulter

Cum pot să încep ceva nou, când ieri este atât de prezent în mine?

Leonard Cohen, Beautiful Losers

Toată suferinţa ne pregăteşte pentru iluminare.

Martin Buber

CE FACEM DUPĂ CE FURTUNA A TRECUT şi criza s-a terminat? Ce putem învăţa din adulterul privit retrospectiv? Ştim că o astfel de experienţă reprezintă un moment decisiv în istoria cuplului, cu unul dintre rezultatele aşteptate: împreună sau separat. Dar asta nu ne spune prea multe despre calitatea viitorului căsniciei sau a viitorului divorţ. Oare lucrurile învăţate din suferinţă vor purta cuplul mai departe prin furcile caudine ale menajului pe termen lung? A existat o a doua lună de miere scurtă, după care relaţia a revenit la starea ei de dinainte de adulter? El a recidivat? Ea s-a oprit până la urmă? După ce au ieşit de sub observaţia binevoitoare a terapeutului, oare au intentat divorţ?

Analiza moştenirii pe termen lung este cheia pentru dezvoltarea unei înţelegeri holistice a infidelităţii. Nu ne uităm numai la eveniment, ci şi la poveştile pe care le spunem — nouă înşine şi celorlalţi. Oare timpul alterează naraţiunea? Suntem susceptibili să devenim revizionişti? Am pus aceste întrebări la unul, trei, cinci sau zece ani după evenimentele dramatice care au marcat viaţa cuplului. Câteva cazuri nu reprezintă dovezi statistice, dar mărturiile celor implicaţi îmi sunt de folos atât în modelarea gândirii, cât şi în practica clinică.

Poveştile pe care le-am auzit acoperă tot spectrul. Căsniciile s-au dezagregat; adulterul a fost o greşeală ireparabilă. Pentru unii, un final cutremurător, pentru alţii, o despărţire mai blândă şi mai plină de compasiune. Căsniciile s-au târât mai departe, uneori cu scandaluri, alteori cufundate în tăcere. Căsniciile au devenit mai puternice, criza infidelităţii servind drept trambulină către intimitate, angajament şi sexualitate de nivel superior. Uneori, a apărut un nou mariaj, foştii parteneri de adulter devenind noii parteneri de căsnicie. Aşadar, infidelitatea poate distruge o relaţie, o poate susţine, o poate forţa să se schimbe — sau poate crea una nouă. Fiecare adulter redefineşte o relaţie şi fiecare relaţie stabileşte care va fi moştenirea lăsată de adulter.

Adulterul ca factor decisiv

Unele relaţii extraconjugale pun punct căsniciei. Indiferent dacă adulterul în sine a fost lovitura fatală sau dacă nu a făcut decât să legitimeze o despărţire dorită de multă vreme, nu există nicio îndoială că, adeseori, infidelitatea scrie o poveste care se încheie la tribunal.

Mi-i amintesc pe Kate şi Rhys ca pe un cuplu care se străduia din răsputeri să-şi reconstruiască

relaţia. Dar, după cinci ani, durerea ei a rămas la fel de vie. L-a părăsit, mi-a povestit Kate, pentru că era recidivist şi „nu mai puteam să am încredere în el“. însă infidelitatea lui Rhys o însoţea pe Kate oriunde mergea, devenind o fantomă care îi bântuia relaţiile sentimentale. După ce a alungat mai mulţi iubiţi cu gelozia ei exagerată, s-a căsătorit cu un bărbat care trăise aceeaşi suferinţă când fosta soţie îl părăsise pentru un prieten comun. „Ne-am cunoscut pe site-ul Survivinglnfidelity. Ne-am înţeles reciproc durerea şi am ştiut cum să facem să ne simţim în siguranţă", mi-a mărturisit Kate.

în cazul lui Jaime şi Flo, Jaime era cel care încălcase jurămintele, iar femeia trăia cu gustul amar al resentimentelor. „Am încercat să fac totul ca să o câştig din nou pe Fio, să îi arăt iubirea mea. Dar ea mă alunga încontinuu, dorind parcă să mă facă să plătesc. Era mai interesată să mă pedepsească decât să ne reclădim căsnicia. în cele din urmă, am renunţat. Iar acum dă vina pe mine că sunt un laş fiindcă nu am încercat. Aşa, este de două ori victimă— a adulterului meu şi a ceea ce numeşte «minciunile mele», deşi mi-a zădărnicit orice tentativă de a lămuri lucrurile. Accept că am abuzat de încrederea ei, dar ea a distrus tot ce mai rămăsese."

Când am de-a face cu cazuri de infidelitate, rolul meu nu constă în a fi un apărător public al căsniciei sau un avocat al divorţului. Uneori însă, rezultatul inevitabil este atât de clar pentru mine, încât simt că ar fi mai eficient să tăiem nodul gordian. Deşi se întâmpla acum zece ani, nu am uitat prima mea şedinţă cu Luke şi Anais, pentru că, foarte curând, m-am trezit spunându-le: „Căsnicia voastră s-a încheiat." Luke a părut şocat: era hotărât să o facă să meargă, în ciuda faptului că Anais îl refuza sistematic în pat şi că, mai apoi, avusese o relaţie extraconjugală timp de doi ani.

încă îi văd chipul în faţa ochilor. Arăta ca un asasin plătit care ţinea arma încărcată în mână. I-am spus asta şi am sugerat că ar fi util să punem pistolul în sertar pe durata şedinţelor. Când l-am revăzut, de curând, am vrut să ştiu cum percepuse afirmaţia mea îndrăzneaţă. Luke îşi amintea totul foarte clar. Când am adus atât de rapid vorba despre divorţ, mi-a mărturisit el, a crezut că îl abandonasem şi că mă dădusem de partea soţiei lui. „Am simţit că Anais mă păcălise să merg la un terapeut care nici măcar nu va încerca să ne ţină împreună. Când i-am povestit verişoarei mele, a fost atât de îngrozită, încât mi-a spus să renunţ imediat la contractul cu dumneata. în acel moment, am vrut să te lovesc cu măsuţa de cafea şi să o arunc pe Anais pe fereastră. Dar văzuseşi imediat ceea ce eu am sesizat abia după câteva luni — că eram morţi de când intraserăm în cabinet, iar eu meritam mai mult decât atât.“

Am fost fericită să aud că, până la urmă, înţelesese că, dacă luasem partea cuiva, despre el era vorba. în acel moment, ştiam din discuţiile cu Anais că blocajul lor sexual nu avea cum să se rezolve vreodată. Ştiam că Luke se simţea singur, umilit şi uneori furios din cauza faptului că ea îl respingea, dar nu vedea nicio soluţie. Infidelitatea îi marcase şi îi distrusese copilăria, iar acum, că avea o fetiţă, prioritatea lui era să-şi păstreze familia. Bărbatul fusese prins în ghearele unei triple trădări — respingerea ei, adulterul ei şi, mai rău decât orice, lipsa ei de regrete. Trebuia să îi deschidă cineva o uşă pe care nu îndrăznea să intre.

Privind în urmă, mi-a spus: „A fost un gest brutal, dar ai avut dreptate. Ai înţeles că, în cazul meu, cel mai bun lucru era să smulg leucoplastul. Nu mă interesa pe atunci decât faptul că ea nu

exprima vinovăţia pe care voiam să o simtă."

în unele situaţii, partenerii nu vor obţine niciodată remuş-cările pe care le doresc. „M-ai sfătuit să nu mă mai dau cu capul de pereţi, şi-a amintit el. Asta a fost cheia. Chiar dacă la început m-a enervat foarte tare, faptul că mi-ai spus că nu va veni nicio soluţie din partea ei mi-a fost de folos. în astfel de situaţii, este esenţial ca voinţa partenerului de a merge mai departe să nu depindă de capacitatea celuilalt de a simţi cantitatea „potrivită" de vinovăţie şi regret. Acum, Luke înţelege asta. „După atâţia ani, ştiu că nu ar fi putut rosti cuvintele potrivite, pentru că nu aşa funcţionează lucrurile. Nu ar fi fost niciodată «destul»."

Luke şi-a amintit şi că l-am asigurat că va exista un viitor pentru el. „Mi-ai spus că voi avea parte de sex cu o mulţime de gagici şi că voi simţi acea electricitate, deoarece voi fi «încărcat» de persoane care mă vor dori la fel de mult pe cât le voi dori eu. Ai avut dreptate. Chiar m-am trezit mulţumindu-i sincer, în gând, lui Anais şi iubitului ei. Şi ştii ceva? Pe vremea aia, mă durea spatele îngrozitor. Durerea a dispărut din ziua când Anais a plecat de acasă."

L-am întrebat pe Luke dacă, după această experienţă, s-a schimbat ceva în viziunea lui asupra lumii. „Când m-am despărţit de Anais, oamenii au văzut asta ca pe un eşec. S-au înşelat. Am ajuns să înţeleg că a rămâne împreună, cu orice preţ, era un obiectiv greşit. Ceea ce contează este să fii fericit. Relaţia noastră fusese dusă la groapă, pe când acum eu trăiesc din nou."

Poate că Anais nu a fost partenera potrivită pentru Luke din punct de vedere al relaţiei amoroase, dar el a ţinut să sublinieze că a fost „o parteneră excepţională pentru creşterea copilului". Au rămas prieteni. Merg împreună la meciurile de fotbal ale fiicei lor şi, de multe ori, el o invită la prânz după aceea.

„Şi încrederea?", l-am întrebat.

„încă sufăr, undeva, în adâncul sufletului, dar am supravieţuit şi am iubit din nou. Apropiaţii se gândeau că o să rămân cu sechele toată viaţa, că nu o să mai am încredere în nimeni. Parţial au avut dreptate, dar, de fapt, am încredere în alt fel. înainte, aveam prea multă încredere şi eram naiv. Acum, înţeleg că până şi cei mai buni oameni pot greşi. Toţi suntem oameni, şi oricine este în stare să facă ceea ce a făcut Anais, chiar şi eu."

„Ai iertat-o?“, am vrut să aflu. „Da, deşi la început părea imposibil." Şi-a amintit cum i-am spus că, într-o zi, va înţelege că iertarea nu înseamnă să închizi ochii la ce s-a întâmplat. Iertarea este un dar pe care ţi-1 faci ţie însuţi, în mod evident, odată cu trecerea timpului, a înţeles asta. „A ierta înseamnă a elibera un prizonier şi a descoperi că prizonierul erai chiar tu"[105], scria Lewis B. Smedes.

Cum să închei o căsnicie cu demnitate şi graţie

După cum a spus foarte clar Luke, cultura noastră consideră divorţul ca fiind un eşec, iar acest lucru apare ca evident când despărţirea este grăbită de o infidelitate. Longevitatea unei căsnicii e văzută ca reprezentând cel mai important indicator pentru succesul acesteia, şi totuşi mulţi

oameni care au rămas căsătoriţi „până când moartea ne va despărţi" au fost nefericiţi. O căsnicie de succes nu se termină doar la capela funerară a bisericii — mai ales în vremea noastră, când speranţa de viaţă este în continuă creştere. Uneori, o relaţie şi-a trăit traiul şi, în astfel de cazuri, când pot, încerc să ajut la încheierea ei cu demnitate şi respect reciproc. Nu văd nicio contradicţie în a întreba un cuplu despre succesul... divorţului lor. De unde şi discuţia mea cu Clive şi Jade.

I-am întâlnit la scurt timp după ce se căsătoriseră, acum douăzeci şi doi de ani, când am organizat un atelier pentru cuplurile de rase diferite. Erau lipsiţi de griji şi plini de speranţe. După două decenii, trei copii şi un adulter, căsnicia lor abia se mai ţinea pe picioare; atunci au venit la mine pentru ajutor. Clive tocmai îşi dezvăluise relaţia secretă cu Kyra. Se simţea vinovat, dar hotărâse să meargă mai departe şi să îşi refacă viaţa alături de noua lui iubire. Jade era disperată şi se lupta să îl păstreze. îmi amintesc că se agăţa de orice vorbă, de orice gest, de orice zâmbet al lui, dar totul era în van.

Am simţit că era responsabilitatea mea să decriptez mesajul din faţa noastră: „Jade, el nu se mai întoarce. Tristeţea ta îl copleşeşte, iar această vinovăţie se transformă instantaneu în furie la adresa ta, pentru că îl faci să se simtă rău că te face să te simţi rău. Poate că nu te-a părăsit, dar nici lângă tine nu mai e.“

„Tu aştepţi până când poţi pleca fără să te simţi vinovat, dar asta nu se va întâmpla niciodată. Este momentul să o eliberezi", i-am spus lui Clive. Acesta oscilează între a fi paralizat şi a fugi cât mai repede, de teamă că, dacă nu o ia la goană, o să rămână din nou înţepenit. într-un final, m-am gândit că ar fi necesar să îşi ia la revedere cât mai onorabil. Aşa că i-am sugerat organizarea unei ceremonii de despărţire.

Aşa cum avem ceremonii de căsătorie, pentru a marca începutul unei uniuni, avem nevoie de ritualuri pentru a marca finalul. O căsnicie este o legătură de-o viaţă întreagă — istorie, amintiri, obiceiuri, experienţe, copii, prieteni, familie, sărbătoriri, pierderi, case, călătorii, vacanţe, glume, poze. De ce să aruncăm toate astea şi să tratăm relaţia de parcă ar fi „un cimitir părăsit în care zac, fără să li se aducă cinstire, morţii pe care [ai lor] au încetat să-i mai iubească"[106], cum scria atât de poetic Marguerite Yourcenar?

Ritualurile facilitează tranziţiile. De asemenea, ele onorează ceea ce a fost. Clive şi Jade şi-au făcut reciproc jurăminte la un moment dat, acum le desfac. Doar pentru că el s-a îndrăgostit de altă femeie nu înseamnă că întregul lor trecut împreună a fost o minciună. O asemenea concluzie e crudă şi reductivă. Moştenirea a două decenii de viaţă comună este mai valoroasă decât moştenirea adulterului.

Când un cuplu ajunge la linia de sosire, vlăguit după doi ani de du-te-vino — tulburarea lui, speranţele ei false, vinovăţia lui cu privire la despărţire, agăţarea ei de relaţie—, nu-i greu să subevaluezi ceea ce lasă în urmă. Scopul ceremoniei pe care le-am sugerat-o era să nu permită relaţiei extraconjugale a lui Clive să eclipseze toate aspectele pozitive ale căsniciei lor, care, altfel, fusese una reuşită.

Uneori, soţii care se despart refuză să se concentreze asupra lucrurilor bune din relaţia lor,

întrucât se tem că asta va opri vântul care le umflă pânzele. E ca şi cum simt nevoia de a distruge ceea ce au avut pentru a-şi justifica despărţirea. Ceea ce nu înţeleg ei este că, făcând asta, repudiază în acelaşi timp şi trecutul, dar şi pe oamenii cu care l-au împărţit, lăsând în urmă copii, părinţi, prieteni şi foşti parteneri îndureraţi.

Avem nevoie de un concept de căsnicie încheiată care să nu arunce cu gunoi asupra a ceea ce a fost — un concept care să ajute la crearea coerenţei emoţionale şi a continuităţii narative. Terminarea unei căsnicii înseamnă mult mai mult decât semnarea documentelor de divorţ. Iar divorţul nu înseamnă sfârşitul unei familii, ci reorganizarea ei. Acest tip de ritual a intrat de curând în imaginarul public, fiind numit „despărţire conştientă" de către autoarea Katherine Woodward Thomas.

îi invit pe partenerii de cuplu să îşi scrie scrisori pentru a-şi lua la revedere. Scrisori în care să menţioneze ce lucruri le vor lipsi, ce vor păstra în suflete, pentru ce îşi asumă responsabilitatea şi ce îşi urează unul celuilalt. Asta înseamnă să onoreze bogăţia din relaţia lor, să plângă pierderea, să marcheze moştenirea. Făcut cu inima uşoară, acest gest poate oferi mângâiere.

Când Clive şi Jade au venit la şedinţa următoare, aveau scrisorile pe iPhone. Un singur click, şi a început lectura.

Intitulată „Ce îmi va lipsi", scrisoarea lui Jade era o listă de zece pagini, împărţită pe categorii, în care evoca, plină de melancolie, multele straturi ale poveştii lor. Vorbele pe care le foloseau între ei — Hola, chickly... Dame un beso... Baaaaaby. începutul — bilete de amor, compilaţii muzicale, salsa şi iar salsa, parcuri pentru căţei, parcometre, operă. Mâncărurile care le plăceau. Prietenii lor. Locurile care însemnau ceva special pentru ei — Marthas Vineyard,

Parisul, Cornelia Street Café, apartamentul 5C. „Punctele lor sexy. Primele lor.

Nimeni altcineva nu va împărtăşi sensurile speciale pe care aceste lucruri de fiecare zi le aveau pentru ei doi. Jade a trecut pe listă ce îi va lipsi: „să mă simt protejată, în siguranţă, frumoasă, iubită". Ultima categorie se numea pur şi simplu „Tu“: „Mirosul tău. Zâmbetul tău. Entuziasmul tău. Ideile tale. îmbrăţişările tale. Mâinile tale mari şi puternice. Capul tău care a început să chelească. Visurile tale. Tu, lângă mine."

Când a terminat de citit, eram toţi cu ochii în lacrimi şi nu a mai fost nevoie să tulburăm tandreţea cu vorbe de prisos. Dar este important pentru cel care scrie să îşi audă propriile cuvinte citite de persoana evocată, aşa că l-am rugat pe Clive să facă asta. După care şi-a citit propriile pagini.

Textul ei era o scrisoare de dragoste; al lui era un adio diplomatic, în care îi mulţumea din suflet pentru viaţa pe care o trăiseră împreună, îşi exprima regretul că nu se ridicase la nivelul aşteptărilor şi o asigura că va preţui întotdeauna relaţia dintre ei. Chiar dacă drăguţ şi grijuliu, tonul său era pur formal. Propoziţiile lui de început şi de final spuneau totul: „îţi mulţumesc că ai fost o persoană extraordinară şi o forţă cu adevărat minunată în viaţa mea din ultimii douăzeci şi doi de ani..." „Vreau să ştii că, în ciuda acestui deznodământ, eu văd partea bună din căsnicia noastră, pe care o voi păstra mereu în suflet ca pe un lucru foarte preţios."

Un an mai târziu, când m-am întâlnit iarăşi cu Jade, aceasta mi-a mărturisit că ritualul de despărţire a ajutat-o să vadă realitatea. „La început, mi s-a părut că era cam new age, dar mă simţeam mândră că fac asta; ba chiar am trimis scrisoarea şi unor prieteni. Făceam amândoi ceva corect, în ciuda tuturor greşelilor de până atunci. Mă întrebasem adeseori: «Şi cum o să plece? O să se trezească într-o dimineaţă, o să spună OK, la revedere, şi o să iasă pe uşă?» Ceremonia de despărţire a pus capăt tuturor acestor gânduri care mi se învârtiseră în minte. Aveam disperată nevoie de o modalitate care să mă ajute să accept că iubea altă femeie şi că totul se terminase între noi.“

Unele relaţii extraconjugale sunt poveşti paralele temporare; altele sunt începutul unei vieţi noi. Cazul lui Clive intră în a doua categorie şi, oricât ar fi aşteptat Jade, lucrurile nu s-ar fi schimbat. Tonul scrisorii lui a lămurit foarte bine acest aspect pentru ea. „Nu era o scrisoare despre «ce o să îmi lipsească», mi-a spus femeia. Era o scrisoare despre faptul că «relaţia dintre noi s-a terminat». A spus câteva vorbe drăguţe, dar în mod clar nu îi aparţineau unui bărbat îndrăgostit. Atunci, pe loc, am înţeles că, în timp ce eu sufeream, fiind încă foarte îndrăgostită, el plecase. M-a durut mai mult decât poţi crede, dar asta mi-a deschis ochii.“

Apoi m-am văzut cu Clive, care şi-a amintit ceremonia ca fiind „emoţionantă şi eficienta[1]. Vina a fost transformată în recunoştinţă; negarea a fost înlocuită de amintire. Puţin câte puţin, a izbutit să menţină atât relaţia cu Jade şi copiii, cât şi năzuinţa către o nouă viaţă, alături de Kyra. „Până în acel moment, parcă nu fusese adevărat. Simbolismul i-a dat emblema finalităţii."

Această încheiere cathartică s-a dovedit a fi ritualul potrivit pentru cuplul de faţă. însă, din păcate, mulţi azvârlă lungi liste de blesteme în loc de liste cu amintiri plăcute. De câte ori pot, încerc să-i ajut pe oameni să creeze naraţiuni care să îi facă mai puternici, nu să îi transforme în victime. Asta nu implică întotdeauna iertarea, ba chiar face loc pentru furie, dar, din fericire, este o furie care mobilizează, şi nu una care să îi adâncească în amărăciune. Trebuie să ne continuăm viaţa — trebuie să sperăm din nou, să iubim din nou, să avem din nou încredere.

Căsnicia care a început ca o relaţie extraconjugală

Desigur, moştenirea adulterului nu dispare odată cu scoaterea verighetelor. Ea poate fi începutul unei noi vieţi, alături de amanţii altădată ascunşi. Adulterul a fost, în cele din urmă, scos la lumină şi devine relaţia de bază. Ceea ce, la un moment dat, părea o uniune imposibilă s-a legalizat — uneori după ani de aşteptare, ca să plece copiii de acasă, să îşi găsească soţul/soţia un nou loc de muncă, să moară soacra, să plătim ipoteca, să se încheie divorţul. La bine şi la rău, o relaţie care începe ca un secret va fi întotdeauna influenţată de originile ei. Când întâlnesc cupluri care pornesc într-o nouă călătorie împreună, vreau să ştiu în ce măsură trecutul afectează şi le poate influenţa viitorul.

Fără nicio îndoială, este o mare eliberare ca o poveste de iubire să iasă din umbră. Dar acest proces poate aduce alte probleme. Uneori, relaţia era mai bună în forma clandestină, pentru că, după ce a devenit căsnicie, vraja s-a risipit, îmi amintesc cum Nicole şi Ron erau extrem de pasionali şi de hotărâţi să fie împreună, indiferent de preţul pe care trebuiau să îl plătească. „însă, după ce a spus «Da», de fapt a fost «Nu»“, mi-a destăinuit Nicole trei ani mai târziu. Suferea că,

după cinci lungi ani de aşteptare la mantinelă, Ron era în cele din urmă al ei, dar acum nu o mai atingea. Mai rău, bănuia că bărbatul avea o aventură. Ron a ajuns la al treilea mariaj. Pare să aibă un talent deosebit la a-şi transforma fiecare soţie în mamă, sexul fiind efectul secundar inevitabil. îşi iubeşte „mamele“, doar că nu îl mai atrag sexual. în mod repetitiv, dorinţa este rezervată pentru amantă. Nicole a fost cândva acea femeie, dar acum şi ea a fost retrogradată la statutul lipsit de sex al soţiei.

Pentru acele relaţii extraconjugale care rămân vii după ce trec de altar, există presiunea de „a face să merite preţul plătit[11], după cum s-a exprimat Eric. Ca să fie împreună, şi el, şi Vickie au trebuit să demoleze bastioane conjugale. Au lăsat în urmă patru copii, trei nepoţi, două oraşe, două case de vacanţă la mare, un pian cu coadă, stejari seculari, un câine, două pisici şi o grămadă de prieteni. Când a fost nevoie de o distrugere atât de masivă pentru ca ei doi să fie împreună, nu e de mirare că aşteptările sunt extrem de înalte. Vorbind de curând cu Eric, mi-a confirmat existenţa unor stresuri pe care nu şi le-ar fi imaginat pe vremea când plutea pe aripile fanteziei. Sunt trei ani de când s-a despărţit de Gabrielle şi, în timp ce copilul mai mare a tot venit pe la el, chiar dacă destul de supărat, cel mic s-a poziţionat de partea mamei. Are Eric vreun regret?, l-am întrebat.

„Nu, mi-a răspuns. O iubesc pe Vickie, dar îmi lipseşte viaţa pe care am lăsat-o în urmă. Simt multă vinovăţie, părere de rău şi singurătate. îmi e dor în special să îmi văd copiii în fiecare zi. Mi-aş dori să vorbesc mai liber cu Vickie despre viaţa mea de dinainte. însă e dificil. Imediat o interpretează ca pe un semn că vreau să revin la Gabrielle."

„îţi trece vreodată prin cap să te întorci?"

„Uneori", a recunoscut Eric.

în mod ironic, acolo unde adulterul era cândva un secret în căsnicie, nostalgia după căsnicie devine un secret în adulterul de-acum legalizat. Adeseori este greu pentru noii parteneri să accepte că dorul după relaţia anterioară nu înseamnă în mod obligatoriu năzuinţa de întoarcere la aceasta. Tristeţea nu are rolul unei ameninţări. Pentru a distruge modelul minciunilor în cuplu, este esenţial să creezi un spaţiu în care fiecare să vorbească despre trecut — inclusiv despre pierdere, regret şi vinovăţie. Oricare relaţie include mai multe trecuturi.

în timp ce relaţiile extraconjugale trăiau într-o lume doar a lor, ferită de problemele curente ale vieţii de zi cu zi, noul mariaj se trezeşte înecat în probleme logistice şi diverse complicaţii. Cum prezinţi copiii? Cum relaţionezi cu fos-tul/fosta? Implantul are nevoie de timp ca să se „prindă[11].

în Brazilia, i-am întâlnit pe Paolo şi Rafael. S-au cunoscut în facultate şi s-au îndrăgostit, dar în comunitatea lor catolică iubirea dintre bărbaţi este considerată o aberaţie. S-au despărţit, şi amândoi au făcut ceea ce aşteptau ceilalţi de la ei: soţie, copii, vieţi respectabile. Peste douăzeci de ani, s-au întâlnit întâmplător pe aeroportul din Amsterdam. Şi-au luat bagajele şi şi-au dăruit inimile, începând o relaţie care a durat doi ani, înainte să fie descoperită şi să şocheze rudele şi cunoştinţele. în acest caz nu exista niciun personaj negativ pe care să se arunce vina — exista doar durerea vie de a distruge două vieţi pentru a construi una nouă. Au pierdut prieteni; unele dintre rude au refuzat să mai stea de vorbă cu ei; divorţurile au ridicat probleme. Deşi au fost

etichetaţi drept egoişti, ei au riscat totul pentru un adevăr care fusese negat prea multă vreme. Timpul le-a dat dreptate în ce priveşte alegerea făcută.

Multiplele faţete ale păstrării căsniciei

în timp ce multe cupluri care vin la mine aleg să se despartă, şi mai multe fac terapie cu intenţia de a rămâne împreună, şi exact asta fac. Dar neabandonarea unei căsnicii compromise are faţete multiple. Unul dintre pacienţi mi-a spus: „Acum câţiva ani, am avut un accident de maşină; îmi amintesc că mă gândeam cât de mult ajutor am primit de la prieteni şi de la familie. Când ai un picior rupt, durerea este vizibilă şi oamenii îşi exprimă compasiunea. Dar când un cuplu decide să rămână împreună după un adulter, lumea crede că totul este OK, dar de fapt tu rămâi cu o durere invizibilă."

Totuşi, alţi pacienţi mi-au spus o poveste destul de diferită. „Era să ne scufundăm, dar am reuşit să evităm dezastrul în ultima clipă. Relaţia noastră este mai solidă azi. Păcat că a trebuit să trecem prin toate astea ca să ajungem aici, însă nu aş schimba nimic din tot ce s-a întâmplat."

în activitatea mea, am identificat trei rezultate de bază pentru cuplurile care aleg să rămână împreună după un act de infidelitate (mulţumiri lui Helen Fisher pentru tipologie): cei care rămân blocaţi în trecut (suferinzii); cei care fac eforturi să-şi îmbunătăţească situaţia şi să dea uitării cele întâmplate (constructorii); şi cei care renasc din propria cenuşă şi creează o relaţie conjugală mai bună (exploratorii).

Suferinzii

în unele mariaje, adulterul nu este o criză trecătoare, ci o gaură neagră care înghite ambele părţi, aruncându-le într-un vârtej de amărăciune, răzbunare şi autocompăti-mire. Chiar după cinci sau zece ani de la evenimentul cu pricina, adulterul se află încă în epicentrul relaţiilor lor. Membrii acestor cupluri răsucesc mereu cuţitul în rană, învârt iar şi iar aceleaşi suferinţe, reiau aceleaşi acuzaţii şi se învinovăţesc reciproc pentru suferinţele pe care le îndură. în realitate, e foarte posibil ca ei să fi ajuns la aceleaşi conflicte şi dacă nu ar fi existat adulterul. De ce rămân căsătoriţi este adeseori la fel de uimitor pe cât este modul în care nu reuşesc să îşi depăşească punctele de vedere divergente. Trăiesc într-o celulă din puşcăria conjugală.

Orice conflict dintre ei aduce în discuţie adulterul. Astfel de cupluri „ţin scorul" cu superioritate morală; remuşcările, oricât de multe ar fi, nu sunt niciodată suficiente. Debbie, care a rămas cu Marc după o serie de aventuri extraconjugale, declarând că vrea să îşi păstreze familia, are grijă să îi amintească în mod constant ce norocos e că nu l-a dat afară, ca şi cum el ar fi fost singurul în situaţia de a pierde tot ce au construit împreună. Marc şi-a consumat „porţia" de greşeli cu ani în urmă, iar acum nu i se mai permite nicio abatere. Argumentele lui de tipul „ce a fost a fost" nu fac decât să provoace sarcasmul soţiei. Când am întrebat-o dacă îi lipseşte viaţa intimă, ea mi-a dat un răspuns prin care să se protejeze, dar care, de fapt, este autoagresiv. „Eu vreau să fac dragoste, mi-a spus Debbie, dar ar fi ca şi cum aş afirma că acum totul e OK." Nu au mai făcut sex de când s-a produs adulterul, acum trei ani. Din păcate, astăzi, aventurile lui Marc ocupă mai mult spaţiu în patul lor decât atunci când se întâmplau.

în aceste cupluri extrem de războinice nu prea e loc pentru neutralitate, deoarece partenerii iau invitaţia la autoreflecţie ca pe un atac personal.

Marc a întrebat-o pe Debbie de ce trebuie să pomenească despre aventurile lui de fiecare dată când este nemulţumită de ceva. Adeseori, mi-a explicat el, distruge momente care ar putea fi perfecte — un recital de pian al fiicei lor sau o cină cu prietenii. „Nu există momente perfecte. Le-ai distrus tu“, a râs ea batjocoritor.

Cuplurile de acest tip trăiesc într-o permanentă stare de stres. Pentru infidel, partenera trădată devine „suma totală** a furiei sale răzbunătoare. Pentru cea înşelată, infidelul devine „suma totală“ a nelegiuirilor comise, cu prea puţine calităţi salvatoare. Astfel de căsnicii pot supravieţui, dar protagoniştii sunt morţi din punct de vedere emoţional. Oricum, când infidelitatea ajunge să fie caracteristica vieţii unui cuplu, ceea ce s-a distrus nu mai poate fi îndreptat. Relaţia poartă un ghips permanent.

Constructorii

Un al doilea model îl găsim la cuplurile care nu divorţează pentru că apreciază angajamentul şi viaţa pe care au creat-o împreună. Ţin unul la altul şi doresc să păstreze familia, rudele şi prietenii. Aceste cupluri pot depăşi infidelitatea, dar nu neapărat o pot şterge cu buretele. Căsniciile lor revin la o versiune mai mult sau mai puţin paşnică a stării ante bellum — la modul cum erau lucrurile atunci, fără ca relaţia lor să sufere vreo schimbare semnificativă.

Adulterul este dezvăluit în cadrul unei relaţii şi, totodată, dezvăluie multe despre aceasta. Aruncă o lumină foarte puternică asupra elementelor din care este alcătuită respectiva relaţie — crăpăturile, putregaiul, gropile, dar şi fundaţia solidă, zidurile rezistente, contraforturile. Constructorii se concentrează pe aceste puncte tari ale structurii. Ei nu caută renovări masive, vor doar să revină la casa pe care o ştiu şi la perna pe care se pot odihni. între timp, mai fac mici modificări, îşi înnoiesc jurămintele şi au grijă să acopere spărturile. Deşi o rază de pasiune poate fi devastatoare, constructorii se cutremură la gândul că ar putea pierde totul. Până la urmă, minciuna şi înşelarea sunt mai degrabă chinuitoare decât excitante, iar încetarea relaţiei extraconjugale este, pur şi simplu, o eliberare. Când se uită în urmă, li se pare că întregul episod a fost o anomalie pe care ar fi mai bine să o uite.

„O parte din mine se simţea copleşită de dezamăgire pentru că nu eram în stare să-mi părăsesc soţul şi mă întrebam dacă nu cumva voi pierde iubirea vieţii mele“, şi-a amintit Joanna, după ce a încheiat aventura ei pasională cu Jaron. „Dar o altă parte din mine se simţea liniştită, căci rămâneam acolo şi nu îmi distrugeam familia. “

Au fost la un pas de divorţ. Nu s-a gândit că soţul va fi capabil să o ierte. Iar Joanna avea nevoie ca el să o ierte, ca să se poată ierta şi ea. Când a apărut iertarea, pentru cei doi, ea „nu înmugurea ca un mănunchi de revelaţii, ci sub forma durerii care îşi strângea lucrurile, le împacheta şi pleca fără să [...] anunţe, în mijlocul nopţii"[107], ca să împrumutăm cuvintele lui Khaled Hosseini.

Lyle simte mai degrabă regret. „Nu am vrut niciodată să trăiesc o poveste de dragoste extraconjugală, a spus el, amintindu-şi de pasiunea pe care o făcuse pentru o colegă. Apreciam

toate lucrurile extraordinare din căsnicia mea — îmi iubesc şi îmi respect soţia — şi nu voiam să îmi părăsesc copiii. încă mă simt copleşit de vinovăţie. După optsprezece luni, aş fi mers la terapie cu următoarea femeie. Dar sunt foarte trist şi pentru că viaţa intimă cu soţia mea a fost tot timpul lipsită de pasiune. Ea nu a fost niciodată prea interesată de sex şi habar nu are cât de important este acest aspect pentru mine. Aici nu mai e nicio speranţă. însă chiar şi aşa, prefer să mă uit la filme porno, şi astfel să evit pericolele, decât să risc să îmi pierd familia.[1']

Pentru constructori, dezamăgirea sexuală şi ceea ce ei văd drept dorinţe egocentrice de a avea mai multă „împlinire" romantică nu sunt motivaţii destul de puternice pentru a-i deturna de la recompensele pe termen lung, mult mai importante, şi de la obligaţiile esenţiale faţă de familie şi comunitate. Aceste cupluri susţin că preferă viaţa de cuplu în defavoarea unui montagne russe de riscuri aduse de iubirea romantică şi pasiunea sexuală. împlinirea de sine fără ancore etice li se pare superficială, preferând iubirea şi loialitatea profunde, de durată. A face ceea ce este corect le dă sentimentul de a fi compleţi, un lucru considerabil mai preţios decât orice atracţii extraconjugale. Pentru constructori, angajamentul înseamnă ceva mult mai important decât propria persoană.

Exploratorii

Am fost interesată în special de cea de-a treia categorie de cupluri — partenerii pentru care adulterul devine un catalizator pentru transformare. Aceşti exploratori ajung să vadă infidelitatea ca pe un eveniment care, deşi înnebunitor de dureros, a conţinut seminţele unui fruct hrănitor.

Când sunt puse faţă în faţă cu prăbuşirea lumii pe care o ştiu, membrii acestor cupluri se sprijină unul pe altul cu o intensitate pe care nu au mai experimentat-o de ani în şir. Nu de puţine ori li se întâmplă să trăiască o reaprin-dere explozivă a dorinţei, constând într-un amestec puternic de nelinişte şi pasiune. Teama de pierdere este bujia

care provoacă scânteia. Sunt profund implicaţi suferă, dar sunt vii.

Exploratorii m-au învăţat multe despre ce se află în centrul relaţiilor rezistente. Madison şi Dennis mi s-au părut întotdeauna a fi acest gen de cuplu. Descoperirea relaţiei lui extraconjugale i-a aruncat într-o adevărată furtună, dar îmi amintesc că am observat în timpul şedinţelor noastre că aveau o capacitate neobişnuită de a exprima şi a accepta o varietate de sentimente, fără a cere o „încheiere prematură. Toleranţa lor pentru ambiguitate şi nesiguranţă a deschis spaţiul pentru explorare, în care se puteau reconecta mai profund.

Prin contrast cu suferinzii, care îşi gândesc nefericirea în termeni morali absoluţi, punctul de vedere al exploratorilor este mai fluid. Ei fac mai uşor distincţia dintre „greşit" şi „dăunător", netezind astfel drumul către iertare.

Când m-am văzut cu Madison şi Dennis câţiva am mai târziu, aceştia mi-au spus că au reuşit să îşi suporte reciproc crizele dezlănţuite fără să ajungă, niciunul dintre ei, la un avocat specializat în divorţuri. Durerea lor a scos la iveală noi faţete ale propriilor persoane şi ale unuia în raport cu celălalt. Prima lor căsnicie se terminase şi nu o mai puteau recupera, dar au ales să aibă împreună o a doua. în acest proces, au fost capabili să transforme experienţa infidelităţii într-o

călătorie emoţională şi mai complexă.

Când Madison şi Dennis vorbesc despre adulter, îl identifică drept un eveniment — nu cel mai important din lunga lor istorie împreună. Din limbajul lor reiese limpede că au metabolizat cu succes evenimentele: au făcut trecerea de la „tu“ şi „eu“ la „nostru/noastră". Madison nu vorbeşte niciodată despre „Când mi-ai făcut asta.“ Mai degrabă vorbesc amândoi despre „Când am avut criza noastră“ şi relatează o experienţă trăită împreună. Acum sunt coautori şi împart responsabilitatea pentru produsul muncii lor. Ceea ce a început în exteriorul relaţiei este găzduit acum în interiorul acesteia. Pentru Madison şi Dennis, adulterul a devenit un reper integrat în geografia mai largă a vieţii lor comune. Mai presus de toate, ei ştiu că nu există răspunsuri categorice, aşa că sunt capabili să discute despre infidelitate cu acceptarea fundamentală a defectelor lor omeneşti.

Relaţia dintre cei doi a devenit acum mult mai bogată şi mai interesantă, dar poate să pară şi mai puţin sigură. Au adăugat noutate la ceea ce era rezistent, mister la ceea ce era familiar, risc la ceea ce era previzibil. „Nu am idee în ce direcţie ne va duce asta, dar în mod sigur nu ne plictisim deloc", mi-a spus Dennis. Dacă mai înainte se îndreptau către o fundătură, acum nu ştiu exact unde vor ajunge, însă chiar acest lucru este mai degrabă excitant decât înspăimântător şi, în plus, parcurg experienţa împreună. A repara înseamnă a reface perechea.

Ce poate învăţa căsnicia din experienţa infidelităţii?

Unele relaţii mor, altele supravieţuiesc şi reînvie. Ce putem învăţa din experienţele lor? Sper că aceste pagini au servit la ilustrarea faptului că relaţiile extraconjugale înseamnă multe lucruri, dar mai ales că, în cel mai optimist caz, pot fi factori de transformare pentru un cuplu. Am început această carte cu observaţia că, deşi multe persoane au

experienţe pozitive, care le schimbă viaţa, datorate unor boli terminale, nu recomand sub nicio formă un adulter, aşa cum nu „recomand" nici experienţa unui cancer. în cazul nostru, ceea ce vor să ştie mulţi oameni este ce pot învăţa din relaţiile extraconjugale, fără a trebui neapărat să treacă prin aşa ceva. Totul se reduce la două întrebări: „Cum ne putem proteja mai bine relaţia împotriva ameninţării infidelităţii?" şi „Cum putem aduce măcar un dram din vitalitatea erotică a iubirii ilicite în uniunile noastre oficiale?"

Răspunsurile sunt contraintuitive. Impulsul de a ne proteja căsnicia este natural, dar dacă alegi abordarea comună, de tipul „fără aventuri", aceasta riscă să te ducă înapoi pe drumul îngust al constrângerilor sufocante. înfierarea prieteniilor cu persoane de sex opus, cenzurarea confidenţelor emoţionale faţă de alţii, interzicerea conversaţiilor cu colegii la o cafea, a activităţii online, pornografiei, verificarea celuilalt, organizarea tuturor activităţilor împreună, tăierea relaţiilor cu foştii parteneri — toate aceste măsuri de siguranţă domestică riscă să se întoarcă împotriva celui care le pune în aplicare. Katherine Frank argumenta foarte convingător că „naraţiunea siguranţei conjugale îşi provoacă singură moartea. Când un cuplu încearcă să îşi protejeze relaţia prin diferite forme de supraveghere şi poliţie autoaplicată, riscă să obţină exact opusul: „erotiza-rea crescută a încălcării regulilor"[108]. Cu cât ne înăbuşim mai mult dorinţele primare, cu atât mai puternic se pot răzvrăti acestea.

„Este întotdeauna uimitor cum loveşte iubirea, ne reaminteşte poetul şi filozoful irlandez John O’Donohue. „Nu există niciun context la adăpost de iubire, nici vreo

convenţie ori angajament care să fie impenetrabile. Chiar şi într-un stil de viaţă perfect izolat, în care personalitatea este controlată, toate zilele sunt ordonate şi toate acţiunile organizate, se poate descoperi cu groază că a aterizat o scânteie neaşteptată; şi focul mocneşte până când nu mai poate fi stins. Forţa erosului provoacă întotdeauna tulburare; pe teritoriul ascuns al inimii omeneşti, erosul doarme iepureşte.“[109]

Idealurile noastre romantice sunt influenţate şi de convingerea că o căsnicie perfectă ar trebui să ne asurzească în faţa ciripelilor erosului. Respingem propriile porniri incorecte ca pe nişte dovezi de imaturitate pe care ar fi trebuit să le depăşim deja şi dublăm pariul pe confort şi siguranţă — ceea ce, după cum arăta Stephen.Mitchell, nu este decât o iluzie, asemenea celor mai pasionate fantezii pe care le avem. Putem tânji după constanţă, putem trudi pentru permanenţă, dar acestea nu sunt niciodată garantate.

în loc să ne ascundem sub noţiunea falsă că mie nu mi se poate întâmpla niciodată, trebuie să învăţăm să trăim cu nesiguranţele, cu ispitele, cu atracţiile, cu fanteziile — atât ale noastre, cât şi ale partenerului. Cuplurile care se simt libere să vorbească sincer despre dorinţele lor, chiar şi atunci când acestea nu îi implică pe cei doi, devin, în mod paradoxal, mai solide.

Exploratorii respectă acest model. Căsniciile lor pot fi sau nu „deschise[1] ca structură, dar toate sunt deschise în privinţa comunicării. Partenerii poartă conversaţii pe care nu le-au avut niciodată înainte de adulter — conversaţii deschise, vulnerabile, riscante emoţional, care stârnesc curiozitatea faţă de cineva care este dintr-odată familiar şi, totodată, cu totul nou. Când ne validăm reciproc libertatea în cadrul relaţiei, putem fi mai puţin înclinaţi să o căutăm în altă parte.

Mai mult, când recunoaştem existenţa unui al treilea, cel puţin ca posibilitate, afirmăm individualitatea erotică a partenerului. Admitem că, oricât de mult ne-am dori asta, sexualitatea acestuia nu se învârte doar în jurul nostru. Tovarăşul de cuplu poate alege să o împartă doar cu noi, dar rădăcinile ei ajung departe. Noi suntem beneficiarii, nu sursele unice, ai dorinţelor dezlănţuite ale partenerului. O astfel de recunoaştere a independenţei celuilalt poate face parte din şocul infidelităţii, dar poate şi să reaprindă scânteia erotică de acasă. Poate fi o propunere înfricoşătoare, dar presupune o intimitate sublimă.

Partenerii noştri nu ne aparţin; îi avem doar cu împrumut, cu opţiunea de a reînnoi sau nu contractul. A şti că îi poţi pierde nu trebuie să distrugă angajamentul, ci, mai degrabă, să ceară un angajament activ şi o implicare concentrată, pe care cuplurile pe termen lung de obicei le pierd. Când înţelegem că aceia pe care îi iubim ne vor scăpa tot timpul printre degete trebuie să renunţăm la automulţumire, în cel mai pozitiv sens cu putinţă.

Exprimarea continuă a gratitudinii şi a aprecierii, transmiterea sentimentului că ai întâlnit o fiinţă specială, atenţia permanentă, prezenţa, generozitatea, ghiduşia, romantismul, dovezile de afecţiune, căldura şi grija —toate sunt ingrediente naturale care se regăsesc în reţeta adulterului. Tot ele sunt ingredientele căsniciilor care rezistă. Gândiţi-vă la versurile din şlagărul formaţiei

Eurythmies: „Vorbeşte-mi aşa cum vorbesc îndrăgostiţii; plimbă-te cu mine aşa cum se plimbă îndrăgostiţii."

/

Dar încrederea? Aceasta se află în centrul intrigii conjugale, iar adulterul este o încălcare a ei. Mulţi dintre noi simt că, pentru a avea încredere, trebuie să ştim. Amestecăm încrederea cu siguranţa, într-o evaluare raţională a riscului, pentru a căpăta certitudinea că nu vom fi răniţi. Vrem o garanţie că partenerul ne sprijină şi că nu va fi niciodată atât de egoist încât să îşi pună nevoile mai presus de sentimentele noastre. Cerem siguranţă, sau cel puţin iluzia acesteia, înainte de a fi dispuşi să ne arătăm vulnerabili în faţa celuilalt.

Dar mai există o manieră de a vedea încrederea: ca pe o forţă ce ne ajută să facem faţă nesiguranţei şi vulnerabilităţii. „încrederea este o relaţie entuziastă cu necunoscutul"[110], ca să o citez pe Rachel Botsman. Dacă acceptăm că siguranţa după care tânjim e ceva ce nu vom putea avea niciodată cu adevărat, putem reformula noţiunea de încredere. Da, încrederea a fost construită şi consolidată prin acţiuni făcute de-a lungul timpului, dar, în aceeaşi ordine de idei, ea este un act de credinţă — „un risc mascat într-o promisiune"[11L], după cum scria Adam Phillips. Un adulter aruncă un cuplu într-o nouă realitate, iar cei care sunt dispuşi să se aventureze mai departe împreună descoperă că, pentru ei, încrederea nu se mai bazează doar pe lucruri previzibile, ci, mai degrabă, că încrederea este un angajament activ semnat cu imprevizibilul.

Tot din relaţiile extraconjugale învăţăm că, pentru majoritatea, ceea ce este interzis este atractiv. Pentru cuplurile stabile, o provocare permanentă constă în a găsi metode de a colabora în încălcarea regulilor, nu de a-şi încălca unul altuia regulile sau de a eluda regula comună. Aceste acte ilicite nu trebuie să fie spectaculoase, nesăbuite sau riscante — trebuie să fie autentice. Pot oferi sugestii şi exemple,

dar ceea ce funcţionează pentru un cuplu se poate dovedi un eşec pentru altul. Doar voi ştiţi când vă încălcaţi regulile şi ieşiţi din „zona de confort. Doar voi simţiţi ce vă activează energia erotică —acel élan vital — din relaţia voastră.

Pentru Viola şi Ross, asta a însemnat crearea unor conturi secrete de e-mail prin care să aibă discuţii personale fără perdea în timpul şedinţelor, al vizitelor copiilor şi al întâlnirilor părinte-profesor. Pentru Allan şi Joy, a presupus să lase uneori copiii la mama ei şi să plece unde vedeau cu ochii.; să dansezi toată noaptea, cu sentimentul lipsei oricărei limite, este opusul înregimentării din viaţa de familie.

Bianca şi Mags nu îşi permit să iasă în oraş, dar vor să afirme clar faptul că nu sunt doar părinţi. Prin urmare,

0 dată pe săptămână, duc la culcare copiii, apoi aprind lumânări, se îmbracă frumos şi îşi dau întâlnire... acasă. Numesc asta „întâlnire la bar“.

Alia s-a apucat din nou de cântat în public; Mahmoud, cu care este căsătorită de zece ani, vine să

o vadă, dar nu

1 se adresează — stă în spatele încăperii din club, ca orice alt observator, şi îşi priveşte soţia prin ochii unui străin. Rita şi Ben merg la petreceri sexuale atent alese, unde vorbesc numai în franceză. Nate şi Bobby adoră să vină uneori rapid acasă, după ce au lăsat gemenii la grădiniţă, şi să ia un mic dejun pentru adulţi, fără întreruperi. Amber şi Liam se dau în vânt să caute pe internet un personaj atrăgător, pe care să îl invite acasă, la joacă.

Rikki şi Wes şi-au acordat reciproc permisiunea de a flirta nestingherit, dar nu dincolo de limită. Când pe Wes o agaţă tot felul de ţipi, „îi creşte egoul“, spune Rikki. Dar asta funcţionează în ambele sensuri. Văzând diverse fete sorbindu-1 din ochi, şi Rikki se simte mai puternic, mai dorit, după ce ajunge acasă cu iubita lui. Renunţarea la alţii reafirmă faptul că fiecare dintre parteneri l-a ales pe celălalt. Cochetează cu dorinţele lor hoinare, dar îşi trimit energia înapoi în relaţia conjugală.

Fiecare dintre aceste cupluri de cursă lungă a ales să nu ignore atracţia interdicţiei, ci mai degrabă să îi răstoarne puterea, invitând-o în relaţie. Aceste tactici pur şi simplu întăresc legătura celor doi, iar când legătura este mai trainică, ei sunt mai puţin înclinaţi să îşi înşele partenerul. „Ar fi distractiv, dar nu merita[1] devine o voce a graniţei interioare. Totuşi, asta nu înseamnă că relaţiile lor sunt „impermeabile la adulter". Şi tocmai pentru că ei ştiu asta adaugă în permanenţă pagini noi poveştilor lor de dragoste. Partenerii noştri nu ne aparţin; sunt doar împrumutaţi, cu opţiunea de a reînnoi contractul... sau nu. Faptul că îi putem pierde nu trebuie să ne diminueze angajamentul; mai degrabă ar trebui să presupună o implicare mai vie, pe care cuplurile cu vechime uneori o pierd. Lipsa unei certitudini în ce-1 priveşte pe partner ar trebui să ne scape de sentimentul de siguranţă. Odată pornit, curentul vieţii se dovedeşte fi o forţă căreia nu i te poţi opune. Lucrurile cărora trebuie să te opui sunt automulţumirea, curiozitatea tot mai vlăguită, angajamentele lipsite de entuziasm, resemnarea necruţătoare, obiceiurile pietrificate. Moartea conjugală este o criză a imaginaţiei. Rareori, din relaţiile extraconjugale lipseşte imaginaţia. Sau dorinţa, atenţia, romantismul, caracterul ludic. Visuri împărtăşite, afecţiune, pasiune, curiozitate fără limite, acestea sunt ingredientele naturale ale unei relaţii adulterine. Dar şi ale unei relaţii puternice. Aşadar, nu e de mirare că multe dintre cele mai îndrăgostite cupluri îşi iau strategiile conjugale direct din manualul infidelităţii.

NOTE

1 Susan H. Eaves şi Misty Robertson-Smith, „The Relationship Between Self-Worth and Marital Infidelity: A Pilot Study", The Family Journal, vol. 15, nr. 4, pp. 382-386.

2 National Opinion Research Center General Social Survey, citat in Frank Bass, „Cheating Wives Narrowed the Infidelity Gap over Two Decades", 2 iulie 2013, Bloomberg News, https://www.bloomberg.

com/news/articles/2013-07-02/cheating-wives-narrowed-infi-

delity-gap-over-two-decades.

3 Rebecca J. Brand, Charlotte M. Markey, Ana Mills şi Sara D. Hodges, „Sex Differences in Reported Infidelity and Its Correlates", Sex Roles 57(1), august 2007, pp. 101-109.

4 Aziz Ansari şi Eric Klinenberg, Modern Romance, Penguin Books, New York, 2015, p. 31.

5 Al Cooper, Sex and the Internet, Routledge, New York, 2002, p. 140.

6 îi sunt îndatorată lui Shirley Glass, ale cărei „trei steguleţe roşii" m-au inspirat pentru a-mi găsi propria triadă.

7 Julia Keller, „Your Cheatin' Art: The Literature of Infidelity , Chicago Tribune, 17 august 2008, http://artides.chicagotribune.

com/2008-08-17/news/0808150473_l_scarlet-letter-anna-kare-

nina-adultery.

8 Marcel Proust, In Search of Lost Time, vol. VI, Modern Library,

2000.

9 Cheryl Strayed, Tiny Beautiful Things, Vintage Books, New York, 2012, p. 136.

10 Francesca Gentille, corespondenţă privată cu autoarea.

11 Aaron Ben Zeev, Love Online: Emotions on the Internet, Cambridge University Press, Cambrige, Marea Britanie, 2012, p. 2.

12 Stephanie Coontz, corespondenţă privată cu autoarea, martie 2017.

13 Statistic Brain Research Institute, 2016, http://www.statisticbrain. com/arranged-marriage-statistics.

14 Anthony Giddens, The Transformation of Intimacy, Stanford University Press, Palo Alto, California, 1993, p. 14.

15 Robert A. Johnson, We: Understanding the Psychology of Romantic Love, HarperOne, San Francisco, 2009, p. xi.

16 William Doherty, Take Back Your Marriage: Sticking Together in a World That Pulls Us Apart, ediţia a doua, Guilford Press, New York, 2013, p. 34.

17 Alain de Botton, „Marriage, Sex and Adultery", The Independent, 23 mai 2012, http://www.independent.ie/style/sex-relationships/ marriage-sex-and-adultery-26856694.html, articol accesat în noiembrie 2016.

18 Pamela Druckerman, Lust in Translation: Infidelity from Tokyo to Tennessee, Penguin Books, New York, 2008, p. 273.

19 „Knot Yet: The Benefits and Costs of Delayed Marriage in America", In Brief, http://twentysomethingmarriage.org/in-brief.

20 Hugo Schwyzer, „How Marital Infidelity Became America's Last Taboo', The Atlantic, mai 2013, http://www.theatlantic.com/ sexes/archive/2013/05/how-marital-infidelity-became-americas-last-sexual-taboo/276341.

21 Janis Abrahms Spring, After the Affair: Healing the Pain and Rebuilding Trust When a Partner Has Been Unfaithful, ediţia a doua, William Morrow, New York, 2012, p. 14.

22 Michele Scheinkman, „Beyond the Trauma of Betrayal: Reconsidering Affairs in Couples Therapy", Family Process, 44(2), pp. 227-244.

23 Anna Fels, „Great Betrayals", The New York Times, 5 octombrie 2013, http://www.nytimes.com/2013/10/06/opinion/sunday/great-betrayals.html.

24 Jessa Crispin, „An Interview with Eva Illouz", Bookslut, iulie 2012, http://www.bookslut.com/features/2012_07_019157.php.

25 Julie Fitness, „Betrayal and Rejection, Revenge and Forgiveness: An Interpersonal Script Approach", în Mark Leary (editor), Interpersonal Rejection, Oxford University Press, New York, 2006, pp. 73-103.

26 Maria Popova, „Philosopher Martha Nussbaum on Anger, Forgiveness, the Emotional Machinery of Trust, and the Only Fruitful Response to Betrayal in Intimate Relationships", in Brain Pickings, https://www.brainpickings.org/2016/05/03/martha-nussbaum-anger-and-forgiveness.

27 Janis Abrahms Spring, How Can I Forgive You?: The Courage to Forgive, the Freedom Not To, William Morrow, New York, 2005, p. 123.

28 Steven Stosny, Living and Loving After Betrayal: How to Heal from Emotional Abuse, Deceit, Infidelity, and Chronic Resentment, New Harbinger Publications, Oakland, 2013.

29 Viktor Frankl, Mans Search for Meaning, Touchstone, New York, 1984, pp. 74-75.

30 Brené Brown, la conferinţa Emerging Women Live, San Francisco, octombrie 2015.

31 Helen Fisher, „Jealousy: The Monster", O Magazine, septembrie 2009, http://www.oprah.com/relationships/Understanding-Jealousy-Helen-Fisher-PhD-on-Relationships#ixzz3lwnRswS9.

32 M. Scheinkman şi D. Werneck, „Disarming Jealousy in Couples Relationships: A Multidimensional Approach", Family Process, 49(4), 2010, pp. 486-502.

33 Ibid.

34 Giulia Sissa, La jalousie. Une passion inavouable, Les Éditions Odile Jacob, Paris, 2015. Citat tradus din franceză de autoare.

35 Ayala Malach Pines, Romantic Jealousy: Causes, Symptoms, Cures, Routledge, New York, 2013, p. 123.

36 Giulia Sissa, „Jaloux, deux souffrances pour le prix d'une", Liberation, http://www.liberation.fr/livres/2015/03/! 1/jaloux-deux-souffrances-pour-le-prix-d-une_1218772. Citat tradus din franceză de autoare.

37 Adam Phillips, Monogamy, Vintage, New York, 1999, p. 95.

38 Roland Barthes, A Lovers Discourse: Fragments, Macmillan, New York, 1978, p. 146.

39 William C. Carter, Proust in Love, Yale University Press, 2006, p. 56.

40 Pines, Romantic Jealousy, p. 200.

41 Sissa, din Libération.

42 Jack Morin, The Erotic Mind: Unlocking the Inner Sources of Passion and Fulfillment, Harper Perennial, New York, 1996, p. 60.

43 François de La Rochefoucauld, Maxims (1665), Penguin Classics, New York, 1982, p. 41.

44 Annie Ernaux, Lioccupation, Éditions Gallimard, Paris, 2003. Fragment tradus din franceză de autoare.

45 Helen Fisher, TED Talk, „The Brain in Love", http://www.ted.

com/talks/helen_fisher_studies_the_brain_in_love/transcript?

language=en.

46 David Buss, Evolutionary Psychology: The New Science of the Mind, ediţia a cincea, Psychology Press, Hove, Marea Britanie, 2015, p. 51.

47 Ayala Malach Pines, Romantic Jealousy: Causes, Symptoms, Cures, Taylor and Francis, 2013, ediţie Kindle, pp. 2622-2625.

48 Steven Stosny, Living and Loving After Betrayal: How to Heal from Emotional Abuse, Deceit, Infidelity, and Chronic Resentment, New Harbinger Publications, Oakland, 2013, p. 10.

49 Michele Scheinkman, „Beyond the Trauma of Betrayal: Reconsidering Affairs in Couples Therapy", Family Process, volumul 44, nr. 2, iunie 2005, pp. 227-244.

50 Evan Imber-Black, The Secret Life of Families, Bantam Books, New York, 1999, p. xv.

51 Stephen Levine, Demystifying Love: Plain Talk for the Mental Health Professional, Routledge, New York, 2006, p. 102.

52 Debra Ollivier, What French Women Know: About Love, Sex, and Other Matters of the Heart and Mind, Berkley, New York, 2010, p. 50.

53 Pamela Druckerman, Lust in Translation: Infidelity from Tokyo to Tennessee, Penguin Books, New York, 2008, p. 124.

54 Ibid., p. 125.

55 Harriet Lerner, corespondenţă privată cu autoarea, martie 2017.

56 Dan Ariely, The (Honest) Truth About Dishonesty: How We Lie to Everyone —Especially Ourselves, Harper, New York, 2012, p. 244.

57 Marty Klein, „After the Affair... What?", Sexual Intelligence, nr. 164, octombrie 2013, http://www.sexualintelligence.org/ newsletters/issue 164.html.

58 Octavio Paz, The Double Flame: Essays on Love and Eroticism, Houghton Mifflin Harcourt, New York, 1996, p. 15.

59 Lise VanderVbort şi Steve Duck, „Sex, Lies, and... Transformation", în Jean Duncombe, Kaeren Harrison, Graham Allan şi Dennis Marsden (editori), The State of Affairs: Explorations in Infidelity and Commitment, Lawrence Erlbaum Associates Publishers, Mahwah, New Jersey, 2004, pp. 1-14.

60 Anna Pulley, „The Only Way to Love a Married Woman', Salon.com, 21 iulie 2015, http://www.salon.com/2015/07/21/ the_only_way_to_love_a_married_woman.

61 Francesco Alberoni, L’érotisme, Pocket, 1994, p. 192. Citat tradus din franceză de autoare.

62 Jack Morin, The Erotic Mind: Unlocking the Inner Sources of Passion and Fulfillment, Harper Perennial, New York, 1996,

pp. 81-82.

63 Ibid., p. 56.

64 Ibid., p. 39.

65 Zygmunt Bauman, Liquid Love: On the Frailty of Human Bonds, Polity, 2003, p. 55.

66 Francesco Alberoni, L'érotisme, Pocket, 1994, p. 192.

67 Stephen Mitchell, Can Love Last?, W.W. Norton 8c Company, New York, 2002.

68 Pamela Haag, Marriage Confidential: Love in the Post-Romantic Age, HarperCollins, New York, 2011, p. 15.

69 Laura Kipnis, „Adultery", Critical Inquiry, 24 (2), pp. 289-327.

70 Lise VanderVoort şi Steve Duck, „Sex, Lies, and... Transformation", in Jean Duncombe, Karen Harrison, Graham Allan şi Dennis Marsden (editori), The State of Affairs, Lawrence Erlbaum Associates Publishers, Mahwah, New Jersey, 2004, p. 6.

71 Marta Meana, „Putting the Fun Back in Female Sexual Function: Reclaiming Pleasure and Satisfaction", lucrare prezentată la întâlnirea anuală a Societăţii pentru Studiul Ştiinţific al Sexualităţii, Las Vegas, Nevada, noiembrie 2006.

72 Dalma Heyn, The Erotic Silence of the American Wife, Plume, New York, 1997, p. xv.

73 Heyn, The Erotic Silence of the American Wife, p. 188.

74 Karen Sims şi Marta Meana, „Why Did Passion Wane? A Qualitative Study of Married Womens Attributions for Declines in Desire", Journal of Sex & Marital Therapy, 36 (4), 2010, pp. 360 -380

75 Ibid., p. 97.

76 Jack Morin, The Erotic Mind: Unlocking the Inner Sources of Passion and Fulfillment, Harper Perennial, New York, 1996, p. 180.

77 Terry Real, conversaţie cu autoarea, februarie 2016.

78 Irma Kurtz, Mantalk: A Book for Women Only, Beech Tree Books, Sag Harbor, New York, 1987, p. 56.

79 Ethel Person, M.D., „Male Sexuality and Power", Psychoanalytic Inquiry, 6(1), 1986, pp. 3-25.

80 Daphne Merkin, „Behind Closed Doors: The Last Taboo", The New York Times Magazine, 3 decembrie 2000, http://www.nytimes.

com/2000/12/03/magazine/behind-closed-doors-the-last-taboo.

html.

81 Janis Abrahms Spring, After the Affair: Healing the Pain and Rebuilding Trust When a Partner Has Been Unfaithful, ediţia a doua, William Morrow, New York, 2012, p. 6.

82 Eleanor Barkhorn, „Cheating on Your Spouse Is Bad; Divorcing Your Spouse Is Not", The Atlantic, 23 mai 2013, http://www.

theatlantic.com/sexes/archive/2013/05/cheating-on-your-spo-

use-is-bad-divorcing-your-spouse-is-not/276162.

83 David Schnarch, „Normal Marital Sadism", Psychology Today, blog, mai 2015, https://www.psychologytoday.com/blog/ intimacy-and-desire/201205/normal-marital-sadism.

84 Seth Stephens-Davidowitz, „Searching for Sex", New York Times, 25 ianuarie 2015, http://www.nytimes.com/2015/01/25/ opinion/Sunday/seth-stephens-davidowitz-searching-for-sex. html?ref=topics&_r=0.

85 Irwin Hirsch, „Imperfect Love, Imperfect Lives: Making Love, Making Sex, Making Moral Judgments", Studies in Gender and Sexuality, 8(4), pp. 355-371.

86 Martin Richards şi Janet Reibstein, Sexual Arrangements: Marriage and Affairs, William Heinemann, Portsmouth, New Hampshire, 1992, p. 79.

87 Pamela Haag, Marriage Confidential: Love in the Post-Romantic Age, HarperCollins, New York, 2011, p. 23.

88 Susan Cheever, intervievată in Dear Sugar, episodul 52, WBUR, 24 aprilie 2016, http://www.wbur.org/dearsugar/2016/04/24/ dear-sugar-episode-fifty-two.

89 Meg-John Barker, „Rewriting the Rules", http://rewriting-the-rules.com/love-commitment/monogamy.

90 Katherine Frank şi John DeLamater, „Deconstructing Monogamy: Boundaries, Identities, and Fluidities Across Relationships", in Meg Barker and Darren Langdridge (editori), Understanding Non-Monogamies, Routledge, New York, 2009, p. 9.

91 Pascal Bruckner, The Paradox of Love, Princeton University Press, Princeton, New Jersey, 2012, p. 3.

92 Shalanda Phillips, „There Were Three in the Bed: Discursive Desire and the Sex Lives of Swingers", in Barker and Langdridge (editori), Understanding Non-Monogamies, p. 85.

93 M.L. Haupert et al, „Prevalence of Experiences with Consensual Nonmonogamous Relationships: Findings from Two National Samples of Single Americans", Journal of Sex & Marital Therapy, 20 aprilie 2016, pp. 1-17.

94 Stephen Levine, Demystifying Love: Plain Talk for the Mental Health Professional, Routledge, New York, 2006, p. 116.

95 Tammy Nelson, „The New Monogamy", Psychotherapy Networker, iulie/august 2012, https://www.psychotherapynetworker.org/ magazine/article/428/the-new-monogamy.

96 Dee McDonald, „Swinging: Pushing the Boundaries of

Monogamy?", in Barker and Langdridge (editori), Understanding Non-Monogamies, pp. 71-72.

97 Ibid., pp. 71 -78.

98 Aaron Ben-Ze'ev, „Can Uniqueness Replace Exclusivity in Romantic Love?", Psychology Today, 19 iulie 2008, https://

www.psychologytoday.com/blog/in-the-name-love/200807/

can-uniqueness-replace-exclusivity-in-romantic-love.

99 Jamie Heckert, „Love Without Borders? Intimacy, Identity and the State of Compulsory Monogamy", in Barker and Langdridge (editori), Understanding Non-Monogamies, p. 255.

100 Tristan Taormino, Opening Up: A Guide to Creating and Sustaining Open Relationships, Simon & Schuster, New York, 2008, p. 147.

101 Pascal Bruckner, The Paradox of Love, p. 5.

102 Monica Hesse, „Pairs with Spares: For Polyamorists with a Whole Lotta Love, Three, or More, Is Never a Crowd", The Washington Post, 13 februarie 2008.

103 Diana Adams, conversaţie cu autoarea, septembrie 2016.

104 Michael Shernoff, LCSW, „Resisting Conservative Social and Sexual Trends: Sexual Nonexclusivity and Male Couples in the United States", lucrare nepublicată, arătată autoarei.

105 Lewis B. Smedes, Forgive and Forget, HarperCollins, New York, 2007, p. 133.